આપણી સંસ્કૃતિ

લેખક ચ. શી. ત્રિવેદી

સારી સંતતિ

અથવા

સુદૃઢ, સુંદર અને સદાચારી સંતાનો ઉત્પન્ન કરવાનું શાસ્ત્ર.

How To Beget Healthy Children ?

લેખક—વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર.

પ્રકાશક—વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી.

અમદાવાદ.

આવૃત્તિ ત્રીજી—પ્રત ૨૦૦૦.

અમદાવાદ.

ધી "ડાયમંડ જ્યુબિલી" પ્રિન્ટીંગ પ્રેસમાં
પરીખ દેવીદાસ છગનલાલે છાપ્યું.

સને ૧૯૨૦.

કિમ્મત બે રૂપીઆ.

પ્રસ્તાવના.

માણુસની જીંદગીની હયાતીમાં બાળ અવસ્થા એ સૈાથી પહેલી અવસ્થા ગણાય છે. પરંતુ એના પહેલાં પણ એક અવસ્થા છે. એ અવસ્થા ઘણી જ અગત્યની અવસ્થા છે, કેમકે ભવિષ્યના બાળકની આખી જીંદગીનેા પાયેા એ અવસ્થામાં રચાય છે. આ અવસ્થા મા-બાપના બીજથી શરૂ થાય છે. આ અવસ્થાને "બાળકની તૈયારીની અવસ્થા" કહીએ તેા કહેવાય. એક સદાચારી, સુંદર અને સુદૃઢ બાળકને કેવી રીતે ઉત્પન્ન કરવું, એ વિષેની સમગ્ર તૈયારી એ જ સૈાથી પહેલી અવસ્થા છે. આ તૈયારીમાં મા તથા બાપના બીજની સુધારણાથી આરંભીને ગર્ભાધાન અને સગર્ભાવસ્થાની અતિ અદ્‌ભુત અને ઉપયેાગી વાતેાનેા સમાવેશ થાય છે.

માબાપેા ઇચ્છા પ્રમાણે બાળકેાને ઉત્પન્ન કરી શકે, એ આ લેખનેા મુખ્ય વિષય છે. જે સમયમાં માબાપેા પેાતાનાં ભાવી બાળકેાના શરીર તથા મન ઉપર અસર ઉપજાવી શકે છે તે સમયના મુખ્ય બે વિભાગ પડી શકે. ૧. ગર્ભાધાન પહેલાંનેા સમય; અને ૨. ગર્ભાધાન પછીનેા સમય, એટલે સગર્ભાવસ્થા તથા સ્તનંધયાવસ્થા અથવા બાળકને ધરાવવાનેા સમય. આ બન્ને સમયમાં માબાપ પેાતાના ભાવી બાળક ઉપર સારી કે માઠી અસર ઉપજાવી શકે છે, એટલું જ નહિ પણ માબાપ ઇચ્છે એવું બાળક પેદા કરી શકે છે.

આ બે મુખ્ય અવસ્થામાં પહેલી અવસ્થાનું વર્ણન આ 'સારી સંતતિ' ના પ્રથમનાં ૨૫ પ્રકરણેામાં કરવામાં આવ્યું છે અને બીજી અવસ્થાનું વર્ણન બીજાં ૨૫ પ્રકરણેામાં કરવામાં આવ્યું છે અને એ રીતે ૫૦ પ્રકરણેામાં આ ઉપયેાગી લેખનાં લગભગ બધાં અંગેાનેા સમાવેશ કરવામાં આવ્યેા છે.

વૈદ્યકલ્પતરૂની ભેટ માટે આ પુસ્તક લખવા માંડ્યું ત્યારે હું નહેાતેા ધારતેા કે તે લેખ બહુ વિસ્તારવાળેા થશે. લખતાં લખતાં આ વિષય મને એટલેા બધેા રસિક અને ઉપયેાગી માલમ પડવા લાગ્યેા કે તે સંબંધી એક પણ અગત્યની વાત પડતી મૂકવી તે મને ઠીક લાગ્યું નહિ. પ-

ચીસ પ્રકરણો લખીને છપાવ્યાં એટલામાં ભેટના પુસ્તકનું હમેશ પ્રમાણેનું ધારેલું કદ પુરૂં થયું, અને ગર્ભધારણ પછીથી સગર્ભાવસ્થા તથા સ્તનંધયાવસ્થાનું એટલું જ બીજું લખાણ બાકી રહ્યું અને એટલા માટે આ ઉપયોગી લેખના બે ખંડ કરી નાખવા પડયા હતા, જેથી આ અતિ ઉપયોગી વિષયના આખા લેખનો ગ્રાહકોને લાભ મળી શકે. ભેટને માટે બે વરસના બે ભાગ છપાવ્યા પછી બીજી આવૃત્તિથી બન્ને ભાગનું એક પુસ્તક કરી નાખવામાં આવ્યું હતું.

ગુજરાતી ભાષામાં આ જાતના ઉપયોગી લેખોની છેક ખોટ છે એમ કહીએ તો કહેવાય. આ વિષયને મળતા વિષયની એકાદ ચોપડીઓ મારા જોવામાં આવી છે. બેશક એ ચોપડીઓ પણ ઉપયોગી છે. પરંતુ સમાજને જે વાંચન અતિ ઘણું ઉપયોગી છે તે વાંચનનાં એક બે નહિ પણ અનેક પુસ્તકો હોય તોપણ થોડાં છે. સમાજમાં આ વિષય છેક નવો છે. આ મારો લેખ જેમ મારા પોતાના સ્વતંત્ર વિચારોનો આદર્શ નથી તેમ તે કોઇ અમુક એક જ લેખના કે લેખકના વિચારોનું અવતરણ પણ નથી. આ વિચારોમાં પ્રાચીન તેમજ અર્વાચીન વિદ્વાનોની તથા શોધકોની સંમતિ છે.

આ પુસ્તકનો વિષય જેટલો ઉપયોગી છે એટલો જ તે ગહન, ભેદ ભરેલો અને ગંભીર છે. આ પુસ્તક ગમે તે સ્થળમાં, ગમે ત્યારે અને ગમે તેણે વાંચવા બેસી જવા જેવું નથી. તેના જેઓ અધિકારી છે તેમણે તો તે વાંચવું જોઇએ. આ પુસ્તકના ખરા અધિકારીઓ માબાપો અથવા માબાપ થવાની તૈયારી કરનારાં જુવાન સ્ત્રીપુરૂષો જ છે. વૃદ્ધોએ માબાપ તરીકે પોતાની જીંદગી ખતમ કરેલી છે, અને બાળકોને આ પુસ્તકના લેખ સાથે કાંઇ નિસ્બત નથી. હું ઉમેદ રાખું છું કે જુવાન સ્ત્રીપુરૂષો આ પુસ્તકને પોતાની સાંસારિક ગીતા સમજીને તેનો એકાંતમાં નિત્ય પાઠ કરશે, તેના રહસ્યનું મનન કરશે, અને તેમાં બતાવેલા નિયમો પ્રમાણે આચરણ કરશે તો હું આ મારો પ્રયત્ન સફલ થયેલો માનીશ.

અમદાવાદ.
તા. ૧–૩–૧૯૨૦. } વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર.

પ્રવેશક પત્ર.

Introductory Notes.

દરેક દેશની ચડતી કે પડતી તે દેશની અંદર વસનારી પ્રજાના શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક બળ ઉપર અવલંબે છે. આ ત્રણે બળનો હ્રાસ–ઘટાડો થવાનાં જે કારણોને આગળ ધરવાની માણસોને આદત પડેલી છે તે બધાં કારણો દૂરનાં (Secondary or distant) કારણો છે. તે બધાં કારણોનું પ્રાથમિક કારણ (primary cause) એક જ છે. અને તે કારણ તે નવો જીવ-બાળક કેવી રીતે ઉત્પન્ન કરવો, તે વિષયનું અજ્ઞાન છે.

સૃષ્ટિના ઇતિહાસ તરફ દૃષ્ટિ કરો; પૃથ્વી ઉપર થઇ ગયેલ પ્રસિદ્ધ સ્ત્રીપુરૂષોના પવિત્ર વર્તનોવડે ઉત્પન્ન થયેલી વીર્યવાન્ ઓલાદ તરફ દૃષ્ટિ ફેંકો. પુરાવો તમારા સન્મુખ પડેલો છે. આ આર્ય દેશના જ પ્રાચીન ઇતિહાસનાં પાનાં ખોલીને જુઓ; અરે, મધ્યકાળ સુધીના આર્યોની શારીરિક સંપત્તિ અને શારીરિક બળને યાદ કરો! ક્યાં છે તે સમયની વીર્યવાન્ પ્રજા? ક્યાં છે હનુમાન્ અને જાંબુવાન્? ક્યાં છે અર્જુન અને કર્ણ? ક્યાં છે ભીષ્મ અને દ્રોણ? ક્યાં વ્યાસ અને વસિષ્ઠ? ક્યાં છે પરાક્રમી રાણો પ્રતાપ અને સ્વધર્મરક્ષક શિવાજી? અરે ક્યાં છે તેમના સ્વધર્મનિષ્ઠ સુભટો, સામંતો અને સેવકો? શું આર્યભૂમિ શારીરિક તેમજ આત્મિક બળ અને વીર્ય વગરની નિઃસત્વ નથી દેખાતી? આજે આર્યાવર્તનાં સંતાનો છેક નિર્બળ, નિસ્તેજ અને દીન બની ગયેલાં દેખાય છે! કોઇ ઘોર પાપના પરિણામે હિંદની પ્રજાનો અધઃપાત (Degradation) થયો છે.

આ ઘોર પાપ શું છે? કોઈ કહે છે કે હિંદની પ્રજામાં સ્વદેશાભિમાન નથી, કોઇ કહે છે કે તેઓ પોતાનો સ્વધર્મ સમજતા નથી, કોઈ કહે છે કે તેઓ આળસુ અને નિરૂદ્યોગી બની ગયા છે, અને કોઈ કહે છે કે તેઓમાં સંપ નથી. શું આમાંના કોઈ અપરાધ

કે પાપને લીધે હિંદની પ્રજા નિર્વીર્ય થઈ છે ? હું કહું છું કે એ ઘોર પાપ એથી પણ મોટું છે. એ બધા અપરાધો એક બીજા ઘોર પાપમાંથી પ્રકટ થયા છે. પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાના શાસ્ત્રીય અને કુદરતી ધારાઓ સંબંધી ઘોર અજ્ઞાન, એ જ એ ઘોર પાપ છે !

જ્યારે આપણા પૂર્વજોનાં પરાક્રમોની વાતો વાંચીએ છીએ ત્યારે શું આપણને લજ્જા નથી આવતી ? આપણી અધોગતિને માટે શું આપણને નીચું નથી જોવું પડતું ? આપણે એ પરાક્રમી પૂર્વજોની ઓલાદ હોવાનો ગર્વ ધરાવીએ છીએ. પણ એથી શું શુક્રવાર ? આપણી હાલની દુઃખદાયક સ્થિતિ અને આપણી ક્ષતિ (નાશ) નું માપ તો કરો ! બાપદાદાઓનાં પરાક્રમો વાંચીને કે સાંભળીને આપણે ફૂલાઈ ઢોલ બનીએ છીએ ! પણ તેથી શું દહાડો વળે ? બાપદાદાઓનાં પરાક્રમોને માટે ફુલાવામાં કાંઈ દહાડો વળે નહીં, પણ તેમનાં ઉત્તમ વર્તનોની, તેમણે પાળેલા નિયમોની અને તેમના સદાચારની આપણા સમાજમાં પુનઃ સ્થાપના કરવાથી, અર્થાત્ તેમના વર્તન પ્રમાણે આપણું વર્તન રાખવાથી જ, આપણો દહાડો વળશે !

એક નવા જીવમાં—એક ઉત્તમ બાળકમાં—એક પરાક્રમી પુત્રમાં, ટુંકામાં, સુંદર, સદાચારી અને સુદૃઢ સંતાનો ઉત્પન્ન કરવામાં, આપણી ઉન્નતિનો પાયો રચાય તેમ છે, અને આપણા દેશની, આપણા સંસારની, આપણા આ જીવનની, અરે આપણા ભવિષ્યના જીવનની ઉન્નતિનું બીજ પણ તેમાં જ છે ! દેશના ઉદય માટે નિત્ય સરકાર દરબાર સામે બૂમો પાડવી, અત્યાચારો કરવા, અને રાજદ્રોહ તથા રાજકીય અપરાધો કરવા, એ સર્વ નિર્બળપણાનાં લક્ષણો છે. એવાં અત્યાચરણોમાં દેશનો ઉદય નથી. એ ઉદયનું બીજ આપણા અંતઃપુરના ઉંબરામાં છે; એ બીજ સદાચારી અને સત્યવાન્ બાળકોને ઉછેરનારી સુંદરીઓના આનંદી અવાસોમાં છે !

મનુષ્યોનો મોટો ભાગ હાલમાં એમ માને છે કે બચ્ચું પેદા થવું કે ન થવું, અથવા તે બચ્ચું બુદ્ધિશાળી કે મૂર્ખ, સદાચારી કે દુરાચારી, અને રોગી કે નિરોગી પેદા થવું, એ વાત માણસના

(માબાપોના) હાથમાં નથી. જ્યાં આવી માન્નિતા ચાલે છે, ત્યાં એમ કહેવામાં આવે કે, " માણુસ પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે બાળક ઉત્પન્ન કરી શકે, " તેા તે વાતને હસી કહાડવામાં આવે, તેમાં નવાઇ નથી. જ્યાં સુધી આ વાતનેા ભેદ સમજી શકાય નહિ ત્યાં સુધી સત્ય વાત સમજવામાં આવે નહિ.

આપણા અજ્ઞાનને લીધે આપણે શાસ્ત્રીય શેાધેાની અનેક વાતેા માનવાની ના પાડતા હતા અને હજી પણ અનેક નવી વાતેા માનવાને આનાકાની કરીએ છીએ; પણ જેમ જેમ તે વાતેા પ્રત્યક્ષ પુરાવા જેવી થતી જાય છે, તેમ તેમ તે વાતેાનેા સ્વીકાર કરવેા પડે છે. કુદરતનું દરેક કાર્ય ચેાકસ નિયમેા ઉપર ચાલી રહ્યું છે; અને માણુસ જેમ જેમ કુદરતના એ દરેક નિયમને સમજતેા જાય છે અને શાસ્ત્રીય (scientific) વાતેામાં ઉંડેા ઉતરતેા જાય છે તેમ તેમ તેની અજાયબી દુર થાય છે અને કુદરતનાં અદ્દ્ભુત કાર્યોને પણ તે પેાતાના સ્વાધીનમાં લઈ શકે છે.

હજારેા માઇલના છેટે રહેનારા મિત્રની સાથે જાણે સમક્ષ હેાઇએ એવી રીતે આપણે વાત કરી શકીએ છીએ; તે માનવાને પ્રથમ આપણે કે આપણા વડિલેા ના પાડતા હતા; પણ હાલમાં ટેલીગ્રાફ, ટેલીફેાન, અને વાયરલેસ ટેલીગ્રાફી જેવા શાસ્ત્રીય શેાધેાથી તે વાતેા આપણા આગળ પ્રત્યક્ષ સિદ્ધ થયેલ છે. આપણાં સંતાનેાને, એવી જ રીતે, આપણી ઇચ્છા પ્રમાણે ઉત્પન્ન કરી શકીએ. તે સંબંધી આપણા જ્ઞાનમાં અજ્ઞાનરૂપી એક પડદેા આડેા છે, અને તે પડદેા જેવેા ખસ્યેા કે આપણી ખાત્રી થઈ જ સમજવી, કે માણુસ ધારે એવું બાળક ઉત્પન્ન કરી શકે.

બાળકની ઉત્પત્તિ કુદરતના ચેાકસ નિયમથી જ થાય છે. તેમાં કશી અંધાધુંધી નથી; પણ આપણામાં અજ્ઞાને તે કાર્યમાં અંધાધુંધી દાખલ કરી દીધી છે. જ્યાં સુધી આપણે એ વિષયમાં અજ્ઞાન છીએ ત્યાં સુધી એ અંધાધુંધી ચાલવાની છે. આપણે ઇચ્છા પ્રમાણે બાળકને ઉત્પન્ન કરી શકીએ, એવું હાલની નવી શેાધ કે નવું શાસ્ત્ર જ કહેછે,

એમ કાંઈ નથી. આ વાત આપણા પ્રાચીન સમયના પૂર્વજો જાણતા હતા, તેના અસંખ્ય પુરાવાઓ છે. હાલના નવા શોધકોએ આ વિષય ઉપર ઘણું જ વિશેષ અજવાળું પાડ્યું છે. તેઓ કુદરતી નિયમોના આધારથી અને સત્ય વિદ્યાઓના પુરાવાથી સિદ્ધ કરી શક્યા છે કે, જેવી રીતે વૃક્ષો તથા પશુપક્ષીઓનો વંશ સુધારી શકીએ છીએ તેવી જ રીતે આપણી ઓલાદને પણ આપણે આપણી ઇચ્છા પ્રમાણે ઉત્પન્ન કરી શકીએ.

બાળકોને શરીરે સુદૃઢ અને સુંદર તથા મનથી સદાચારી તથા બુદ્ધિશાળી બનાવવા માટે કેળવણી તથા ઉપદેશ ઉપર બધો આધાર મૂકવામાં આવે છે. ખરૂં છે કે કેળવણી તથા ઉપદેશ એ દિશામાં ઘણો સુધારો કરી શકે છે. પણ બીજમાંથી જ જે મૂળ સંસ્કારો લઇને બાળક જન્મે છે તે મૂળ સંસ્કારો ઉપર કેળવણી માત્ર પ્રકાશ–પહેલ–પાડે છે. કેળવણીથી મૂળના–જન્મના–સંસ્કારો નાબુત થઇ શકતા નથી. ગર્ભમાં માતાપીતાએ મૂકેલ બીજક સંસ્કારો સાથે બાળક જન્મે છે, અને તે સંસ્કારો છેવટ સુધી નિર્મૂળ થતા નથી.

જેવી રીતે કપડાંની મીલોમાંથી સંચા અને સુતરની જાત પ્રમાણે ટકાઉ કે બિનટકાઉ કપડાં બનીને બહાર આવે છે, જેવી રીતે કાચનાં કારખાનાંઓમાંથી કાચના માલાની જાત પ્રમાણે ઓછી વધતી નિર્મળ કે પારદર્શક કાચની ચીજો બનાવાય છે, અને જેવી રીતે ઔષધોની લેબોરેટરીઓમાંથી રસાયન શાસ્ત્રના શોધ પ્રમાણે અને બનાવનારાઓની અક્કલ પ્રમાણે ઔષધો બનાવી શકાય છે, એવી જ રીતે સ્ત્રી અને પુરૂષો અથવા માદા અને નર એ બાળકોને ઉત્પન્ન કરનારી લેબોરેટરીઓ છે, અને જેવી રીતે બીજા સંચાઓમાં અને તેની સામગ્રીમાં સુધારણા થતી જાય છે, તેવી જ રીતે સ્ત્રીપુરૂષરૂપી લેબોરેટરીઓમાંથી સુધારણા થાય તો તેમાંથી પણ વધારે સુંદર, સુદૃઢ અને સદાચારી બાળકો પેદા થઈ શકે, એમાં જરા પણ શક નથી.

બાળકને સુદૃઢ અને સુંદર બનાવવું, એટલુંજ તેના માબાપના હાથમાં છે એમ નહિ; તેને સદાચારી અને બુદ્ધિશાળી બનાવવું, એ વાત પણ તેનાં પેદા કરનાર માતા તથા પિતાના હાથમાં છે. આ પુસ્તક આદિથી અંત સુધી ધ્યાનપૂર્વક વાંચવાથી આ વાતની ખાત્રી થશે, માત્ર સ્થૂળ શરીરને જ સુંદર અને સુદૃઢ બનાવી શકાય છે, એમ નહિ; મગજ—ભેજું—પણ ઇચ્છા પ્રમાણે બનાવી શકાય છે. માબાપો પોતાના બાળકમાં અને વિશેષ કરીને માતાઓ પોતાના ગર્ભસ્થાન માંહેના ગર્ભમાં પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે સંસ્કારો નાખી શકે.

માતાનું ગર્ભસ્થાન એ એક અદ્‌ભુત પ્રકારની રસશાળા (laboratory) છે. એ રસશાળામાં અનેક જાતનાં, અનેક સ્વભાવનાં, અનેક બુદ્ધિનાં બાળકો ઉછેરીને આ પૃથ્વી ઉપર બહુ આવે છે. ગર્ભસ્થાનરૂપી રસશાળામાં ચાલતી રસાયન ક્રિયામાં તમો જે જાતનાં મિશ્રણો, માવાઓ, અને મશાલાઓ નાખો, તે જાતનાં સંતાનો તેમાં ઉત્પન્ન થાય છે. કુંભાર જે જાતની માટી વાપરે છે તેવાં વાસણો બને છે. માટીના પીંડાને ચાક ઉપર તે જેવો આકાર આપે છે તેવા આકારનું વાસણ બને છે; પછી તે વાસણને પકવવામાં જેટલી કાળજી તથા હુશિયારી રાખવામાં આવે છે એવાં ટકાઉ કે તકલાદી વાસણો તૈયાર થાય છે. ભઠ્ઠીમાંથી નીકળ્યા પછી તે વાસણ ઉપર ગમે એવો રંગ કે ઢોળ ચઢાવવામાં આવે અથવા ચિત્રામણ કરવામાં આવે, પણ કુંભારના વાસણની ખરી કિમત તેણે વાપરેલી માટીથી, તેણે આપેલા આકારથી અને ભઠ્ઠીમાં આપેલા તાપના પરિપકવપણાથી જ થાય છે.

બાળકરૂપી પુતળું માતાના ગર્ભમાં તૈયાર થાય છે. તે રસક્રિયામાં માતાપિતાનાં વીર્ય તથા રજથી પ્રથમ એક સૂક્ષ્મપિંડ બંધાય છે અને એ વીર્ય તથા રજના ગુણધર્મવાળો ઘાટ (બાળક) બનવા લાગે છે. ગર્ભ રહ્યા પછી માતાના રૂધિરનું તેને પોષણ મળે છે અને એ પોષણ પ્રમાણે બાળકમાં પોતાની માતાના ગુણદોષના

સંસ્કારો પડે છે. તે બાળક ગર્ભસ્થાનમાંથી બહાર આવ્યા પછી તેના ઉપર વસ્ત્રાલંકારરૂપી ઢાળ ભલે ગમે એટલો ચડાવવામાં આવે અને ભલે ભણાવી ગણાવી પંડિત બનાવવામાં આવે, પણ તેના જાતિ સંસ્કારો મોટે ભાગે બદલાશે નહિ.

વિદ્યા મૂર્ખને વિદ્વાન્ બનાવી શકે છે, પરંતુ ગર્ભના જાતિ સંસ્કારો ઉપર વિદ્યાના સંસ્કારો બળવાન્ અસર કરી શકતા નથી. એકજ શાળામાંથી કે એકજ વિદ્યાલયમાંથી શીખીને બહાર પડેલા વિદ્વાનોમાં પણ એક સ્વભાવે શાંત તો બીજો ક્રોધી, એક દયાળુ તો બીજો ક્રુર અને એક સત્યવાદી તો બીજો લુચ્ચાનો સરદાર હોય છે. ગુણદોષના આ ભેદનું કારણ ગર્ભમાં પડેલા સંસ્કારો જ છે.

શ્રીરામ, કૃષ્ણ અને ક્રાઇસ્ટ, મહાવીર અને મહમદ, તેમજ બુદ્ધ વગેરે મહાત્માઓ મનુષ્ય માદાના ગર્ભમાંજ ઉછર્યા હતા, અને રાવણ, કંસ, જરાસંઘ, હિરણ્યકસ્યપુ વગેરે નરાધમ રાક્ષસો, મધ્ય કાળના પીંડારાઓ તથા કોળી લોકો, તેમજ જંઘીસખાં, તૈમૂર અને નાદીર સરખા પ્રજા પીડક સ્વારીઓના સરદારો પણ મનુષ્ય માદાના ગર્ભમાં જ ઉછર્યા હતા ! પણ પાછલા લોકોની માટી જુદા જ મશાલાની બનેલી હતી ! તે બધાંના બીજમાં અને તેમના પોષક તત્વોમાં ઘણો તફાવત હતો, અને એક ક્રાઇસ્ટમાં કે એક બુદ્ધમાં તેમની પવિત્ર માતાઓએ જેવું બુદ્ધિબીજનું સિંચન કર્યું હતું, તેનાથી કેવળ વિપરીત વૃત્તિઓનું પોષણ આ મનુષ્યપીડક લોકોની જનેતાઓએ પોતાની કુખમાં કર્યું હતું ?

વસ્તુસ્થિતિ આવી છે. ત્યારે આપણી ઇચ્છા પ્રમાણે નિરોગી સદાચારી અને પરાક્રમી બાળકો ઉત્પન્ન કરવા માટે શું તજવીજ રાખવી જોઇએ, કેવી તૈયારી કરવી જોઇએ, અને સ્ત્રીપુરૂષોએ કેવી રીતે વર્તવું જોઇએ, ઇત્યાદિ સર્વ વાતોનું લોકોમાં ઉપયોગી જ્ઞાન વધે, એવા એકાદ શિક્ષણીય અને સુબોધક પુસ્તકની સમાજને જરૂર છે, એમ લાગવાથી, મેં એ વિષયના કેટલાક અંગ્રેજી ગ્રંથો વાંચ્યા તથા

એ ગ્રંથો ઉપરથી થયેલાં દેશી ભાષાનાં કેટલાંક પુસ્તકો પણ અવલોક્યાં, અને એ સર્વ લેખોનાં તથા પ્રાચીન વિચારોનાં પ્રમાણો લઇને મેં આ પુસ્તક તૈયાર કર્યું.

વૈદ્યકલ્પતરૂના ગ્રાહકોને આપવાની ભેટ માટે તથા ગુજરાતી પ્રજાના ઉપયોગી વાંચન માટે જે વૈદક ગ્રંથોની એક માલા (series) આપવાનો મેં સંકલ્પ કર્યો છે, તેમાં આ પુસ્તકને પ્રથમ સ્થાન મળવું જોઈતું હતું, જે વાતનો ઇસારો અગાઉ પ્રગટ થયેલ પુસ્તક ધાત્રીશિક્ષાની પ્રસ્તાવનામાં જ કર્યો છે. એ ઇસારા પ્રમાણે, એ પછી, આ વિષયને પસંદ કરવામાં આવ્યો છે. ધાત્રીશિક્ષાનાં બે પુસ્તકો ગર્ભની સ્થિતિનું, પ્રસવનું, પ્રસૂતિ અવસ્થા (સુવાવડ) નું, તથા બાળરક્ષણનું ઉપયોગી તથા રસિક જ્ઞાન પુરૂ પાડે છે. પણ એક નવા જીવને ઉત્પન્ન કરવા માટે એથી પણ વધારે ઉપયોગી જ્ઞાન બાકી રહી જાય છે, અને એ જ્ઞાન માટે બાળકના પ્રસવકાળ તથા ગર્ભકાળથી પણ પહેલાની એક બીજી અવસ્થા તરફ પાછું વળવું પડે છે. એ અવસ્થા તે ભવિષ્યમાં ઉત્પન્ન કરવા ધારેલા બાળક માટેની તૈયારીની અવસ્થા છે.

આ લેખની સમાપ્તિમાં વાચકવર્ગને ભાર દઇને વિજ્ઞપ્તિ કરૂં છું કે આ દુનીયામાં નવી પ્રજાનો વંશ વધારવાને ઉત્સુક માતાપિતાઓએ આ પુસ્તક તથા ધાત્રીશિક્ષાનાં બે પુસ્તકો અવશ્ય વાંચવાં. આ ત્રણ પુસ્તકો ધ્યાનપૂર્વક વંચાય અને તેમાં બતાવેલા ઉત્તમ નિયમોને અનુસરાય તો દરેક સ્ત્રીપુરૂષનું જોડું સુંદર, સદાચારી અને સુદૃઢ સંતાનોને અને ઇચ્છા પ્રમાણે બુદ્ધિશાળી તથા પરાક્રમી પુત્રોને પેદા કરી શકે. આવાં ઉત્તમ સંતાનો પેદા કરવાથી જ આ દેશનો ઉદય થઈ શકે એમ છે. આ દેશનાં માબાપો પૂર્વની પેઠે ભવિષ્યમાં પણ ઉત્તમ સંતતિ પેદા કરીને પોતાના સંસારની, પોતાના સમાજની અને પોતાના દેશની સત્વર ઉન્નતિ કરે, એ જ આ પ્રયાસનો હેતુ છે અને એ જ તેના લેખકની શુભેચ્છા છે.

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર.

"વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર" કૃત

લોકપ્રિય વૈદ્યક પુસ્તકો.

	કિંમત.
ઘરવૈદું—Family Medicine (પાંચમી આવૃત્તિ.)...	૪—૮—૦
સારી સન્તતિ—How to beget Healthy Children (ત્રીજી આવૃત્તિ).	...૨—૦—૦
ધાત્રીશિક્ષા—Midwifery.	...૨—૦—૦
રોગી પરિચર્યા—A Book on Nursing.	...૨—૦—૦
ગરીબોનો વૈદ્ય–Simple Remedies for the Poor.	૨—૪—૦
સ્ત્રીઓનો વૈદ્ય...	...૧-૧૨—૦
બાળકોનો વૈદ્ય	...૨—૦—૦
યુવાવસ્થાનો શિક્ષક—Advice to the Young (ચોથી આવૃત્તિ)... ...	...૧—૪—૦
વાગ્ભટ્ટ સૂત્રસ્થાન–Vagbhat's rules of Hygiene.	૦–૧૨–૦
જલોપચાર શાસ્ત્ર—Treatment of water.	...૦—૮—૦
નિર્બળતા—A Treatise of General Dibility.	૦—૮—૦
મળાવરોધ–કબજીયત—Constipation ...	...૦—૬—૦
વાજીકર કલ્પતરૂ—Manhood and Womenhood (ત્રીજી આવૃત્તિ)	...૦—૬—૦
આરોગ્ય રહેવાના ઉપાય—A way to Health (પાંચમી આવૃત્તિ). ...	...૦—૬—૦
બાળલગ્ન—An Essay on child-marriage (બીજી આવૃત્તિ)... ...	...૦—૨—૦
બ્રહ્મચર્ય—(પાંચમી આવૃત્તિ) Continence	...૦—૩—૦
આરોગ્ય અને આચારોની એકવાક્યતા ...	...૦—૧—૦
વિધવા વિવાહ વિષે વિચાર—આરોગ્ય શાસ્ત્રના સિદ્ધાંત પ્રમાણે...	૦—૧—૦
જૈન ધર્મ અને વૈદ્યક શાસ્ત્ર.	...૦—૧—૦
સાસરે જતી પુત્રીને માને શિખામણ. ...	...૦—૧—૦

અનુક્રમણિકા.

(INDEX.)

ભાગ ૫ મો-સગર્ભાવસ્થા.

ભાગ ૬ ઠ્ઠો-સ્તનંધયાવસ્થા.

સારી સંતતિ.

અથવા

સુદૃઢ, સુંદર અને સદાચારી સંતાનો ઉત્પન્ન કરવાનું શાસ્ત્ર.

જનની ! જણુ તો ભક્ત જન, કાં દાતા કાં શૂર;
નહિ તો રહેજે વાંઝણી, મત ગુમાવીશ નૂર.

ભાગ ૧ લો—સંતતિ—તેનો મહિમા.

પ્રકરણ ૧ લું.

સંતતિ એ જ સંસારનો સાર.

॥ दंपत्यो रिह लभ्यते सुकृततः संसारसारोऽर्भकः ॥

" આ લોકમાં દંપતિ (સ્ત્રીપુરુષ) સારા કર્મથીજ સંસારના સારરૂપ બાળકને પ્રાપ્ત કરી શકે છે."—कल्पतरु—

કવિ બાળકને સંસારનો સાર કહે છે. ખરેખાત ! એક બાળક જેવું બાળક સંસારીઓને સંસારનું સર્વસ્વ છે ! પણ યાદ રાખો કે તેવું બાળક તો તમારાં સારાં આચરણો વડે જ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

દુનિઆમાં સંતતિનું મહાત્મ્ય કેટલું બધું મોટું છે, તે વાતનો

માબાપોને પુરાવો આપવાની જરૂર નથી. માબાપો પોતે જ તેનો પુરાવો આપે છે. સ્ત્રીપુરૂષને સંસાર માંડ્યા પછી સૌથી પહેલી જે સ્વાભાવિક ઈચ્છા થાય છે તે બાળક માટે થાય છે, એ વાતની ખાત્રી માટે પરણેલાં જુવાન જોડાંઓને પૂછો. પુખ્ત ઉમરે પરણ્યા પછી જો જુવાન વહુનો ખોળો ભરાતો નથી તો તેનાં સાસુ સસરાને ચિંતા થાય છે; ત્યારે તેનો પતિ આતુર અને અધિરો બને, એમાં તો આશ્ચર્ય શું? કોઈ આવીને કુશળ સમાચાર પૂછે છે, તેમાં પણ પ્રથમ બાળબચ્ચાંના ખબર પૂછાય છે. આપણા પાસે ધન કેટલું છે, તે જાણવા કોઈ માગતું નથી, પણ દીકરા દીકરીઓ કેટલાં છે તે જાણવાની સૌ ઈચ્છા કરે છે, તથા જો દીકરા દીકરીઓની વાડી હોય છે તો પૂછનાર પોતાનો સંતોષ જાહેર કરે છે અને જો ન હોય તો દીલગીરી બતાવે છે.

બાળકો એજ ખરૂં ધન છે. બાળકો એજ ખરાં રત્ન છે. **गृहरत्नानि बालकाः** ॥ એવું એક વિદ્વાન્‌નું વચન છે. સંસારની સર્વ માયામુડીમાં સંતાનરૂપી મુડી સૌથી શ્રેષ્ઠ છે. લાખો રૂપીઆનું ધન નાશ પામવાથી જે દુઃખ નથી થતું તે દુઃખ એક નાનું સરખું બાળક મરણ પામવાથી તેનાં માબાપને થાય છે. ધન પાછું મેળવી શકાય છે, પણ ગયેલું બાળક પાછું સાંપડતું નથી.

માબાપના શરીરની સાથે સૌથી વધારે નિકટ સંબંધ રાખનારી વસ્તુ તેનાં છોકરાં છે. ધન તથા બીજી સર્વ સંપત્તિ બહારથી પ્રાપ્ત થયેલી હોય છે, પણ છોકરાં તેમના પોતાના શરીરમાંથી જ ઉત્પન્ન થયેલાં હોવાથી સ્વાભાવિક રીતે તેમના તરફ માબાપની ચાહના અતિ ઘણી વિશેષ હોય છે. પશુપક્ષી જેવાં અજ્ઞાન પ્રાણીઓની માદાઓ પણ પોતાનાં બચ્ચાંના રક્ષણ માટે પોતાના પ્રાણ આપે છે, ત્યારે મનુષ્ય સરખાં બુદ્ધિશાળી પ્રાણીઓની માદાઓ (માતાઓ) ને પોતાનાં બાળબચ્ચાંના રક્ષણ માટે કેટલી બધી કાળજી હોય, તે સ્હેલથી કલ્પી શકાય છે.

બચ્ચું એ માબાપના શરીરની–માતાના લોહીની–પેદાશ છે; માત્ર શરીરો જુદાં દેખાય છે, પણ ખરૂં જોતાં બચ્ચાંનું શરીર એ માતાના શરીરનો જ એક ભાગ છે. આહા! એક માતા પોતાના બાળકને ખોળામાં લઇ ધવરાવે છે ત્યારે તેને કેટલો બધો આનંદ અને ઉમળકો આવે છે! બચ્ચાંની મા સિવાય બીજાને આ આનંદનો ખ્યાલ પણ નહીં આવી શકે.

અને શું આ પ્યાર શ્રીમંતોની હવેલીઓમાં જ હોય છે? નહિ! ગરીબોની ઝુંપડીઓમાં એ પ્યાર વળી વિશેષ ઉમળકાવાળો જોવામાં આવે છે. તમારા ચાલવાના રસ્તાઓ ઉપર બચ્ચાંને છાતીસરસાં લઇને ધવડાવતી અને પ્યારથી હુલાવતી ફુલાવતી ભીખારણોને શું તમો વારંવાર દેખતા નથી? શરીર ઉપર પુરૂં વસ્ત્ર હોતું નથી, ઘેર ઘેર ભીખ માગવાથી પણ પુરૂં પેટ ભરાતું નથી અને ટાઢતાપથી રક્ષણ કરવા માટે ઝુંપડી પણ હોતી નથી. ઉંચે આભ અને નીચે ધરતી! એવી નિરાધાર માતાઓ પણ પોતાનાં બચ્ચાં તરફ દૃષ્ટિપાત કરે છે તે વખતે તે પોતાનાં આ બધાં અસહ્ય દુઃખો પણ વિસરી જાય છે. માતાઓ! અહો, માતાઓ! બચ્ચાં તરફના તમારા સ્વભાવસિદ્ધ અનુપમ પ્યારનું હું કયા શબ્દોમાં વર્ણન કરૂં? આ સ્વાભાવિક પ્યાર એ જ બચ્ચાંના મહાત્મ્યને સિદ્ધ કરે છે.

બાળકો એ જ આ સંસારનો સાર છે, કેમકે બાળકો વિના સંસાર ચાલતો નથી. આપણે બાળકો હતા અને આપણા બાપદાદાઓ પણ બાળકોમાંથી મોટા થયા હતા. બાળક એ જ માણસનો પિતા છે,* કેમકે તે ન હોય તો વંશ વધે નહિ અને સૃષ્ટિ ચાલે નહિ. આપણે જે કાંઇ પ્રવૃત્તિ કરીએ છીએ, સ્ત્રી પરણીને સંસાર માંડીએ છીએ, દ્રવ્ય મેળવવા માટે અનેક પ્રકારનો ઉદ્યોગ કરીએ છીએ, દ્રવ્ય, ઘરબાર અને નાના પ્રકારનાં સુખનાં સાધનો મેળવવા રાતદિવસ મહેનત કરીએ છીએ, એ સર્વ શામાટે અને કોને માટે? આપણે

* The child is father to the man.

જાણીએ છીએ કે આપણે આ દુનિયામાં નિરંતર વસવાના નથી, તેમ છતાં આપણે આ બધાં કષ્ટો વેઠીએ છીએ, તે શા માટે? તે સર્વ ભાવી (હવે થનારી) સંતતિ માટે. ત્યારે કહો, સંતતિ એજ સંસારનો સાર, એ વાત ખરી છે કે નહિ? અને તેમ છતાં, એ સંતતિ કેમ ઉત્પન્ન કરવી, તે આપણે જાણતા નથી!

વાંચનાર! સંતતિનો આવો મહિમા છે! જે સંતતિનો આવડો મ્હોટો મહિમા છે તે સંતતિ વિષે સર્વથી વિશેષ વિચાર કરવાની જરૂર છે કે નહિ? તે સંતતિને કેવી રીતે ઉત્પન્ન કરવી તે વિષે તેં કદિ પણ વિચાર કર્યો છે? સૃષ્ટિમાં એક પણ ચીજ શાસ્ત્રીય નિયમ વિના બનતી નથી. બચ્ચાં ઉત્પન્ન કરવાનું પણ એક મહાન્ શાસ્ત્ર છે, તે વાત તારા સાંભળવામાં કે સમજવામાં છે? જો તું એ વાતથી અજ્ઞાન હોય—અને હું ધારૂં છું કે હજાર માબાપોમાંથી એક માબાપ પણ ભાગ્યે આ વાત જાણે છે—તો આ પછીનાં પૃષ્ટો ધ્યાનપૂર્વક વાંચવા મારી તને અંતઃકરણની ભલામણ છે.

પ્રકરણ ૨ જું.

સંતતિની ઇચ્છા અને આવશ્યકતા.

" મને પ્રજા આપ, નહિ તો હું મરીશ. "
—" બુક ઑફ જેનેસીસ. "—

મથાળે ટાંકેલું વચન આપણી જુની પુરાણી વાર્તાઓ વિષે પુત્રને માટે દેવ આગળ કમળપુજા કરીને આત્મહત્યા કરવા વિષે વર્ણવેલા પ્રસંગોની યાદ આપે છે. અહો ! સંતતિ માટે માણસો પોતાના પ્રાણ આપવાને તૈયાર છે ! સંતતિ મેળવવા સારૂ પત્થર એટલા દેવ કરવામાં આવે છે, બાધા માનતાની આખડીઓ રાખવામાં આવે છે, અને વૈદવારાં પાછળ પોતાનું સર્વસ્વ ખોવાને પણ માબાપો તૈયાર છે ! શા માટે ? તેઓમાં એક એવી સ્વાભાવિક ઇચ્છા મૂકેલી છે કે, અમારી પાછળ અમારી પ્રતિમા—અમારો વારસ—રહે અને અમારો વંશ આબાદ રહે. શું માણસોનાં ઘરબાર અને ખેતર પાદરોની તેમના પાછળ સંભાળ રાખવા માટે એક કરતાં અનેક ચાકર નફરો કે માગી લીધેલા વારસો તૈયાર નથી ? પણ નહિ, માબાપો પોતાના શરીરથી ઉત્પન્ન થયેલા બાળકની ઇચ્છા રાખે છે. આ ઇચ્છા શું પોતાની પુંજી સોંપવા માટે જ હોય છે ? કદિ નહિ ! જેમને પોતાની પાછળ વારસામાં આપવાનું કાંઈ પણ હોતું નથી એવાં નિર્ધન અને નિરાધાર માબાપો પણ એકાદ બાળકની ઇચ્છા રાખે છે. આટલા માટે સંતતિની ઇચ્છા સ્વભાવસિદ્ધ ઇચ્છા છે, કૃત્રિમ નથી !

ઇશ્વર પોતાની ઓલાદ—પોતાની સૃષ્ટિ—વધેલી તથા વિસ્તાર પામેલી જોવાને જ ઇચ્છે છે. માણસ એ સૃષ્ટિની બહાર નથી. માણસ કુદરતથી એટલે ઇશ્વરથી જુદો નથી. માણસ ઇશ્વરથી કે ઇશ્વરની

સૃષ્ટિથી જુદો પડી શકેજ નહિ. ઇશ્વર સર્વ સૃષ્ટિનો મહાન પિતા છે. ઇશ્વિરમાંથી જ સર્વ સૃષ્ટિ છે* આવી રીતે જ્યારે કુદરતની સૃષ્ટિનો પ્રવાહ બંધ પડવાનો નથી, તો માણસ પોતાનો વંશ બંધ પડવાના બનાવને કેમ સહન ન કરી શકે ?

સંતતિની માબાપોને ઇચ્છા છે, એટલુંજ નહિ; આ સૃષ્ટિને તથા માબાપોને તેની જરૂર પણ છે. તે જરૂરીઆતના ઘણા પુરાવા છે. તેમાંના થોડા પુરાવા આ નીચે ટાંકેલા છેઃ—

પુરાવો ૧ લો—ઘણી વાર ભાષાના શબ્દોની યોજના અર્થ-સૂચક હોય છે. કુદરતની ક્રિયા ઉપરથી અર્થનું સૂચન થાય છે, અને એ અર્થના સૂચન અનુસાર શબ્દોની યોજના થઇ શકે છે સૃષ્ટિના નિરંતર ચાલતા પ્રવાહથી જ્યારે એમ સમજાયું કે સૃષ્ટિમાં ઉત્તમ જીવોનો પ્રસાર થવા માટે જ કુદરતની આ સર્વ પ્રવૃત્તિ છે, ત્યારે મનુષ્યોનાં ફરજંદોને એવાં જ અર્થસૂચક નામો આપવામાં આવ્યાં 'સંતતિ' માં **तन्** ધાતુ છે; તેનો અર્થ પ્રસારવું, ઉત્પન્ન કરવું, વૃદ્ધિ કરવી, એવો થાય છે. એ શબ્દમાં પ્રથમ **सम्** આધેય છે; તેનો અર્થ 'સારી રીતે' એવો થાય છે. આ રીતે આખા 'સંતતિ' શબ્દનો અર્થ 'સારી રીતે ઉત્પન્ન કરવું, સારી રીતે પ્રસારવું, વા સારી રીતે વૃદ્ધિ કરવી' એવો થાય છે. તેનો અર્થ 'સારી રીતે ચાલુ રાખવું' એવો પણ થાય છે. મનુષ્ય પ્રજાની ઉત્પત્તિને તથા તેની વૃદ્ધિને આ પ્રમાણે 'સંતતિ' કે 'સંતાન' નામ રાખવામાં આવેલ છે. વંશ, વેલો, ઓલાદ, ફરજંદ, ઇત્યાદિ બીજા શબ્દો પણ સંતાનના સામાન્ય અર્થને સૂચવનારા પર્યાય શબ્દો છે.

આ ઉપરથી જોઇ શકાય છે કે, 'સંતતિ' શબ્દ જ વંશવૃદ્ધિના અર્થને સૂચવવાવાળો છે. આથી એવું સિદ્ધ થાય કે આ સંસારમાં સંતતિની જરૂર છે. **तन्** ધાતુ ઉપરથી જ 'તનય' અથવા 'તન'

---

* **अहं सर्वस्य प्रभवो मत्त सर्वं प्रवर्त्तते ॥**—ભગવદ્‌ગીતા—
"હું સર્વનું મૂળ છું; મારામાંથીજ સર્વ ઉત્પન્ન થાય છે." **શ્રીકૃષ્ણ**—

એટલે પુત્ર (male offspring) અને 'તનયા' એટ લે (female offspring) એવાં નામેા પ્રાપ્ત થયાં છે.

પુરાવેા ૨ જો—અનાદિ કાળથી પ્રાણીની સૃષ્ટિનેા ચાલતેા પ્રવાહ, એ તેનેા બીજો પુરાવેા છે. આ પ્રવાહ અનંતકાળથી ચાલ્યેા આવે છે. એ પ્રવાહ ચાલતેા જ રહે એવી કુદરતની સ્પષ્ટ ઇચ્છા છે, અને તેથી પણ સંતતિની આવશ્યક્તા સિદ્ધ થાય છે.

પુરાવેા ૩ જો—જે મહાન ચૈતન્યવડે આ સૃષ્ટિની હયાતી જોવામાં આવે છે, તેમાં પુરૂષ અને પ્રકૃતિ એવી બે ભિન્ન શક્તિએા કામ કરી રહેલી જોવામાં આવે છે. એ બન્ને શક્તિએાના એકત્ર હેાવાપણાથી જ સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ છે. એ જ બે શક્તિએા પ્રાણીએામાં પણ મૂકેલી છે, અને તેથી તેએામાં નર અને માદા એવી બે જાતિની ઉત્પત્તિ કરેલી છે. જરાયુ, અંડજ, સ્વેદજ અને ઉદ્ભિજ એ ચારે પ્રકારની જીવસૃષ્ટિમાં નર અને માદાવડેજ ઉત્પત્તિનું કાર્ય થાય છે. સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ માટે આવી બે ભિન્ન જાતિની ઉત્પત્તિ કરેલી છે, તેથી પણ એમ નક્કી થાય છે કે સંતતિ એટલે બાળકેાની જરૂર છે.

પુરાવેા ૪ થેા—નર તથા માદાને પ્રજા ઉત્પન્ન કરવા લાયક તથા તેમને પેાષણ આપવા લાયક અવયવેા પુરા પાડવામાં આવેલા છે. આ વાતની ખાત્રી માટે વિશેષ કહેવાની જરૂર નથી.

આથી વધારે ખાત્રીવાળા બીજા કયા પુરાવા આપવા? વંશવૃદ્ધિ કરવી અને સૃષ્ટિમાં સુંદર, સદાચારી અને સુદૃઢ સંતાનેાનેા વંશ વધારવેા એવી ઇશ્વરની જ ઇચ્છા અને આજ્ઞા છે, એવું શું આ વાતેાથી સિદ્ધ નથી થતું? આમ છતાં કેટલાક મનુષ્યેા આ કુદરતી પ્રવાહની સામે કેવા મિથ્યા પ્રયાસેા કરે છે, તે પણ જાણીએ.

આ મિથ્યા પ્રયાસ કરનારાએામાં એક વર્ગ બહુ સિદ્ધ બનીને એવું બેાલે છે કે "ભાઇએા! જગત્ મિથ્યા છે, બધું નાશવંત છે; સ્ત્રી, ધન, પુત્ર, સર્વે ખેાટી માયા છે; બધી જંજાળ નકામી છે; માટે એ બધું છેાડીને—સંસારનેા ત્યાગ કરીને—મેાક્ષનેા માર્ગ મેળવી લેા!"

આ મિથ્યા ફિલસુફીમાં કેટલુ બધું ઉઘાડું અસત્ય છે, તે કહેવાની જરૂર નથી. જગતને મિથ્યા માનવાથી અને ભાગી જવાથી મોક્ષ મળતો નથી. મોક્ષ એવો સહેલો નથી! કર્તવ્ય કર્યા વિના મોક્ષ મળતો નથી. સારાં કર્મ કરવાથી જ સિદ્ધિ થાય છે.* ક્રિયાહીન થવાથી કે સંસાર ઉપર અભાવ કરીને સમજણ વિના જંગલમાં જઈ બેસવાથી મોક્ષ મળતો નથી. સંસારમાં રહીને ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મ યથાયોગ્ય રીતે પાળો, ઉત્તમ સંતાનોને ઉત્પન્ન કરો, ઉત્તમ કાર્યો કરો, ઉત્તમ રીતે તપ-યજ્ઞ કરો એટલે નિષ્કામ રહીને-સ્વાર્થનો પણ ભોગ આપીને પરકલ્યાણનાં કામ કરો, એટલે મોક્ષ તો તમારા સામે ચાલીને આવશે! કાંઈ ભગવાં પહેરીને કે લંગોટી મારીને ભાગી જવાથી મોક્ષ મળે નહિ! માટે જગતને ખોટું મનાવીને તેના ઉપર અભાવ ઉત્પન્ન કરાવવાની ફીલસુફી ભૂલ ભરેલી છે. તેઓ એવું મિથ્યા બકે છે, કેમકે તેઓ પોતે તો જગતમાં રચ્યાપચ્યા રહેલા છે, તે વાત તમો કેમ ભૂલી જાઓ છો?

વળી હાલમાં યૂરોપના સુધરેલા દેશોમાં એવા નાસ્તિક વિચારોનો પવન ફેલાતો જાય છે કે આ સંસાર ભોગવિલાસને માટે જ છે, અને સ્ત્રીઓમાં બચ્ચાં ઉત્પન્ન થયા પછી એ વિષયસુખ ઓછું થાય છે, માટે સ્ત્રીઓમાં પ્રજાની ઉત્પત્તિનો અટકાવ કરવો. આ હેતુ પાર પાડવા માટે કેટલાક કૃત્રિમ ઉપાયો પણ યોજવામાં આવ્યા છે, કે જે વડે વિષયવાસનાની ઇચ્છા પૂર્ણ થાય અને ગર્ભની ઉત્પત્તિ નહિ થાય. સ્ત્રીમાં પ્રજા ઉત્પન્ન થવી એ તો સ્વભાવસિદ્ધ ક્રિયા છે. આવા કુદરતના સ્વાભાવિક માર્ગનો અટકાવ કરવાના અકુદરતી ઉપાયો યોજવા એ કુદરતના કાયદાની સામે થવા બરાબર છે અને તેનું છેવટ

---

* क्षिप्रं हि मानुषे लोके सिद्धिर्भवति कर्मजा ॥
મનુષ્ય લોકમાં કર્મનું ફળ નિશ્ચય જલદી મળે છે—ભગવદ્ગીતા.

तयोस्तु कर्मसन्यासात्कर्मयोगो विशिष्यते ॥
તે બેમાં (કર્મનો ત્યાગ અને કર્મનો યોગ-કર્મો કરવાં તે,) તે બેમાં કર્મનો યોગ ચડે છે— ભગવદ્ગીતા.

પરિણામ કદિ પણ સારૂં આવતું નથી. અમે કહીએ છીએ કે સંતાન થયા પછી સ્ત્રી તરફનો પ્યાર ઓછો થતો નથી પણ વધે છે. આથી સ્ત્રીઓને વિષે સંતતિનો અટકાવ કરવો, એ તો એક મોટું પાપ છે, અને એવો વિદ્વાનોનો પણ અભિપ્રાય છે.

આધુનિક અર્થશાસ્ત્રીઓમાંના કેટલાક એવું માને છે કે આ પૃથ્વી ઉપર માણસની વસ્તી વધતી જાય છે અને તેથી પોષણનાં સાધનો ઓછાં થતાં જાય છે. જો હજુ પણ વસ્તી વધતી જશે તો માણસોને પુરૂં ખાવાનું મળશે નહિ. માટે વંશવૃદ્ધિના કાર્ય ઉપર અંકુશ મુકવો, અને રાજ્યના કાયદાઓમાં એ સંબંધી સુધારો કરવો. આ ભય પાયા વગરનો છે. સૃષ્ટિના આરંભકાળથી, અરે, અનાદિ કાળથી, કુદરત પોતાની આખા ઓલાદનું પાલનપોષણ કરતી આવી છે, કરે છે ને કરશે. પૃથ્વી ઉપર વનસ્પતિ વર્ગ તેમજ બીજાં પ્રાણીઓનો વંશ આજ સુધી નિરંતર ચાલ્યો આવે છે અને બંધ પડ્યો નથી, તેમ છતાં પૃથ્વીને અડચણ નથી આવી; જળચર સૃષ્ટિમાં જળચર પ્રાણીઓનો વંશ કઈક કાળથી ચાલ્યો આવે છે, છતાં તેમનાથી સમુદ્રો ભરાઈ ગયા નથી; ખેચર (આકાશમાં ઉડનારાં) પક્ષીઓ આકાશમાં યથેચ્છ વિહાર અને વિનોદ કરે છે, તેમ છતાં તેમનાથી આકાશ ભરાઇ ગયું નથી; સ્થળચર પ્રાણીઓમાં પણ વનચરોની વસ્તી જંગલોમાં અનાદિકાળથી વસે છે, છતાં જંગલો વનચર પ્રાણીઓથી ઉભરાઇ ગયાં નથી. આવી રીતે પૃથ્વીના ઇતિહાસની દૃષ્ટિથી જોતાં આ ભય ખોટો છે.

જ્યાં સુધી કુદરતના નિયમોને અનુસુરીને માણસો વર્ત્તશે ત્યાં સુધી વસ્તી વધવાનો અને પોષણની અપૂર્ણતાનો ભય રાખવાની જરૂર નથી. જ્યારે માણસો કુદરતના નિયમો વિરૂદ્ધ વર્ત્તશે ત્યારે પૃથ્વી ઉપર અનાચારની અને પાપની વૃદ્ધિ થશે, અને એ અનાચારનો તથા પાપનો નાશ કરવા માટે કુદરત જ શિક્ષા મોકલશે,* કૈારવોએ બહુ

---

* यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानि र्भवति भारत ।
अभ्युत्थानम धर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहं ॥ —श्री कृष्ण—

અધર્મ આદર્યો અને અન્યાય તથા અનીતિના ફેલાવો કરવા માંડયો ત્યારે એ લાખો કરોડો અધર્મીઓનો સંહાર કરવા માટે મહાભારતના યુદ્ધરૂપી દાવાનળ સળગ્યો અને તેમાં એ પાપીઓનો સંહાર થયો.

અધર્મ એટલે કર્તવ્ય વિમુખતા (Deviation from one's duty), એમ સમજવું, તમો પણ તમારા કર્તવ્યમાંથી ભ્રષ્ટ થાઓ છો, અર્થાત્ જે રીતે તમારે સંસારમાં વર્તવું જોઇએ એ રીતે તમો ન વર્તો, તો તે પણ અધર્મ જ છે, અને શ્રી પરમાત્મા નિત્ય નિત્ય અને નિરંતર એ તમારા અધર્મના પાપની તમને શિક્ષા કર્યા જ કરે છે ! તમો તમારાં બાળકોને નિરોગી ઉત્પન્ન નથી કરતા, તો તે બાળકો અકાળે નાશ પામે છે, એ શું છે ? એ પણ કુદરતે કે શ્રી કૃષ્ણે કહેલી શિક્ષા જ છે ! તમો તમારાં બાળકોને દુર્ગુણી ઉત્પન્ન કરો છો અથવા દુર્ગુણી થવા દો છો અને તેથી તેઓ નાના પ્રકારના કુછંદોમાં પડી આયુષ્યનો ક્ષય કરે છે, તે પણ શું છે ? તે પણ એવા જ અપરાધની કે અધર્મની શિક્ષા છે! કુદરતના કાયદા વિરૂદ્ધ ઉત્પન્ન થએલી અને કુદરતના કાયદા વિરૂદ્ધ વર્તન કરનારી સર્વ સૃષ્ટિ સંકષ્ટ પામે, એ તો કુદરતનો જ સ્વભાવસિદ્ધ માર્ગ છે. કુદરતના આવા એક ધોરી રસ્તા તરફ દૃષ્ટિ કર્યા વિના જે લોકો વસ્તીની ઉત્પત્તિના સ્વાભાવિક કાર્ય ઉપર અંકુશ મૂકવા માગે છે તેઓ પોતે જ કુદરતે ફરમાવેલા ધર્મ ઉપર પગ મૂકે છે. એટલા માટે, તેમનું ખરૂં કર્તવ્ય તો એ છે કે, સંતતિના કુદરતી પ્રવાહ ઉપર ઢાંકણું દેવા જેવા અકુદરતી કાયદાકાનુનો બાંધવા બંધાવવાનો પ્રયાસ છોડી દઇને તેમના જે જાતભાઇઓ (મનુષ્યો) સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાના કુદરતી અને કલ્યાણકારી માર્ગથી ફંટાઇને અધર્મ અને પાપને રસ્તે પળ્યા છે, તેમને ખરે રસ્તે ચડાવવા. માણસજાત કુદરતી રીતે વર્તે અને ઉત્તમ પ્રજા ઉત્પન્ન કરે તો, આ પૃથ્વી ઉપરથી અધમ મનુષ્યો એની મેળે ઓછાં થાય. જે મહાબુદ્ધિનુ વર્ણન હવે પછી કરવામાં આવશે તેવાં મહાબુદ્ધિનાં મનુષ્યો ઉત્પન્ન કરો એટલે આ પૃથ્વી ઉપરથી ઘણો કચરો નીકળી જશે !

પ્રકરણ ૩ જું.

"પુત્ર"—પિતાનો તારનાર!

नापुत्रस्य लोकोऽस्ति–પુત્ર ન હોય તેને સ્વર્ગ નથી–**શ્રુતિ.**

પ્રાચીન આર્યો પોતાના ફરજંદને પુત્ર કે પુત્રી નામથી ઓળખતા હતા. અર્વાચીન કાળમાં અને છેક સાંપ્રત સમયમાં એ નામોને ઠેકાણે બહુધા "દીકરો–દીકરી" અને "છોકરો–છોકરી" એવાં નામોએ સ્થાન લીધું છે. પુત્રના નામમાં આવો ફેરફાર કે વિકાર સમય પ્રમાણે થયો છે કે ગુણ પ્રમાણે થયો હશે, તે તો ઇશ્વર જાણે! અમને નામ સાથે ઝાઝો વિરોધ કે વાંધો નથી, પણ હાલનો 'છોકરો' કદિ નામથી નહિ તો ગુણથી 'પુત્ર' થાય, એવી તો અમારી ઇચ્છા ખરી!

'પુત્ર' શબ્દનો અર્થ–**पुनाति स्ववंशान् इति पुत्रः** ॥ પોતાના વંશજોને સુકૃત્યોવડે પવિત્ર કરે એટલે દુર્મરણાદિ પ્રાયશ્ચિત્તથી મુક્ત કરે, તેનું નામ પુત્ર; અથવા 'પું' નામનું નરક છે તેમાંથી પિતાનું રક્ષણ કરે છે, માટે બ્રહ્માએ સ્વરૂપથી જ એને પુત્ર નામ આપ્યું છે.

આ શબ્દાર્થમાંથી એવો ભાવ નીકળી શકે છે કે, પુત્ર તથા પુત્રી માબાપને કે તેના પાછલા પિતૃઓને નર્કમાંથી એટલે દુઃખમાંથી, ભયમાંથી કે ચિંતામાંથી મુક્ત કરે છે, અથવા તેમણે તેમને મુક્ત કરવાં જોઇએ. સ્વર્ગ અને નર્ક, એ નામો અનુક્રમે સુખ તથા દુઃખને સૂચવનારાં છે. શાસ્ત્રના સત્ય મર્મને નહિ સમજનારા હિંદુ લોકોના મનમાં અદ્યાપિ પણ એવો દૃઢ વિચાર અને વિશ્વાસ ઠસી રહેલો છે કે પુત્ર કે પુત્રી માબાપને મોક્ષે પહોંચાડે છે! તેઓ તેમને કઇ રીતે મોક્ષે પહોંચાડનારાં છે, તે વાત કોઈ પણ યથાર્થ સમજી શકતું નથી. પણ હજારો વર્ષથી આ ભાવના ચાલી આવે છે. પ્રાચીન સમયનો

ઇતિહાસ એવી સાક્ષી આપે છે કે પુત્ર માટે દશરથ જેવા મોટા મોટા રાજાઓએ અને ઋષિઓએ મોટા મોટા યજ્ઞ અને તપ કર્યા હતાં ! પુત્રપુત્રી માટે મોટાં મોટાં સંકષ્ટો સહન કર્યાં હતાં. એવું માન્યું ગયું છે કે જે માબાપની પાછળ તેનો પુત્ર શ્રાધ્ધ કરે નહિ અને પિંડદાન આપે નહિ તે માબાપ અસદ્દગતિને પામે છે. શાસ્ત્રની આ આજ્ઞાએ માબાપોના ઉપર એક મોટી ચિંતા મૂકી દીધી છે. તેમને પુત્ર થવોજ જોઇએ. જગતને મિથ્યા માનનારા વેદાંતીઓ ! તમે કયાં ગયા ? આવો, આ વિરોધનો ઉત્તર શો આપો છો ? તમે કહો છો કે બધું મિથ્યા છે, ત્યારે તમારૂં હિંદુશાસ્ત્ર કહે છે કે તમારો પુત્ર હોવો જોઇએ, અને પુત્ર માટે તમારે ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મ પાળવો જોઇએ, અને સંસાર ચલવવો જોઇએ ! આ વાત તમે અંદર અંદર સમજી લેજો; પણ અહિં આપણે ' પુત્ર મહિમા ' વિષે બોલીએ છીએ, માટે તે વિષે જ બોલીએ.

પણ, વારૂ, પુત્રપુત્રીઓ માબાપોને કે પિતૃઓને નર્કમાંથી તારે છે, એવું માનવા મનાવવામાં હિંદુ શાસ્ત્રકારોનો શો આશય હશે ? મરેલા માબાપની પાછળ પિંડ મૂકવાને પુત્રની કે દોહિત્ર (પુત્રીનો પુત્ર) ની જરૂર છે, એટલુંજ નહિ પણ અપુત્રનો મોક્ષ નથી, એટલે સુધી પુત્રની જરૂરીઆત ઠરાવવામાં અને પુત્રનો મહિમા વધારવામાં શાસ્ત્રકારોની શુ મતલબ હશે ? આપણે કદિ આ વાતનો વિચાર કર્યો છે ? અંધશ્રદ્ધાથી ચોખાના પિંડ મૂકીએ છીએ અને પાણીના ખોબા ભરીએ છીએ ! પુત્રો પિંડ મૂકીને કે કાગવાસ કરીને એવું માની લે છે કે આથી અમારા પિતૃઓ, અમારાં માબાપો સદ્દગતિને પામશે અને તેમ નહિ કરીએ તો અસદ્દગતિને (અસરગતીને !) પામશે. અરે ! જે કપુતોએ માબાપોને તેમની હયાતિમાં ખાવાને પૂરૂ અન્ન પણ નહિ આપેલું હોય તેવા કુપુત્રો માબાપના મૃત્યુ પાછળ ચોખાના પિંડ મૂકે છે ! વાહ ! શી ધર્મની સમજ અને કેવી અંધશ્રદ્ધા ! હિંદુ ભાઇઓ ! અંધશ્રદ્ધાથી જુના ધર્મકર્મના લીસોટાઓ ઉપર ક્યાં સુધી ચાલ્યા જશો ? એ ક્રિયાઓના મર્મ સમજો, તોજ તે ક્રિયાઓ ફળદાયક થાય.

પિંડદાનથી પારમાર્થિક સિદ્ધિ તો જે હોય તે ખરી. પુનર્જન્મના સિદ્ધાન્ત પ્રમાણે, દરેક માણસ પાછલું ઋણ (Debt or duty) લઇને જન્મે છે અને આ જન્મનું કેટલુંક ઋણ પોતાની પાછળ મૂકી જાય છે. તે જ્યારે આ જન્મ છોડીને જાય છે ત્યારે તેને સ્વાભાવિક એવી ઇચ્છા થાય છે કે મારૂં ઋણ મારો પુત્ર આપશે અને મારૂ અપૂર્ણ રહેલું કામ તે પુરૂં કરશે.* આ સંસારમાં સુખનો કે મોક્ષનો જો કોઇ માર્ગ હોય તો તે માર્ગે માણસ પોતે એકલો જાય તે જ બસ નથી. તેણે બીજાઓને પણ સાથે લેવા જોઇએ. તેમ થવા માટે, જે સત્કર્મોવડે તથા જે આત્મત્યાગ (self–sacrifice) વડે તેણે મોક્ષનો (સુખનો) માર્ગ શોધી કાઢયો હોય તે સત્કર્મો કરવાની તથા આત્મત્યાગની ઉંચી વૃત્તિઓ તેણે પોતાના બીજા ભાઇઓમાં ઉત્પન્ન કરવાની પ્રવૃત્તિ કરવી જોઇએ. જેવી રીતે એક જ વહાણના બધા ઉતારૂઓને સાથે જ સામે કિનારે પહોંચવાનું હોય છે અને જો તે વહાણને નુકસાન લાગે છે તો સર્વેની સરખી ગતિ થાય છે, તેવી રીતે સંસારરૂપી આ વહાણનાં સર્વ મનુષ્યો ઉતારૂ છે અને તે સર્વેનું નિશાન એકજ છે. એ નિશાને પહોંચી વળવા માટે સર્વેએ પરસ્પર મદદ કરવી જોઇએ. એટલા માટે દરેક માણસે પોતાને માટે જ નહિ, પણ પોતાના કુટુંબ માટે, પોતાની નાતજાત માટે અને પોતાના દેશ માટે કાંઇ પણ સત્કાર્યની પ્રવૃતિ કરવી જોઇએ, અને આર્ય ધર્મની આજ્ઞાનુસાર દરેક માણસ, દરેક ગૃહસ્થી, એવી પ્રવૃતિ કરવાને બંધાયો છે.

આ પ્રમાણે કુટુંબનો એક વડીલ સત્કાર્યોની પ્રવૃત્તિ કરતો કરતો મરણ પામે, તથા તેણે આરંભેલાં કાર્યો પરિપૂર્ણ ન થાય તો તેથી તેના કુટુંબને તેમજ અન્ય મનુષ્યોને કેટલી બધી હાનિ થાય ! આ

---

* સ્વદેશના ઉદ્ધાર માટે કે કુળના ઉદ્ધાર માટે વડિલોએ આરંભેલાં જે કાર્યો અપૂર્ણ રહે છે તે કાર્યો તે દેશના સત્પુત્રો કે તે કુળના કુળદીપક પુત્રો પૂર્ણ કરે છે. જેઓ દેશદ્રોહનાં કે દુષ્ટતાનાં કામ કરે છે તેમની પાછળ તો વંશનો વિસ્તાર ન હોય તોજ સારૂં !

હાનિ અટકાવવા માટે એટલે તેવી પ્રવૃત્તિને ચાલુ રાખવા માટે તેણે પોતાના જેવા જ એક વારસને તૈયાર રાખવો જોઇએ. એ વારસ પોતાના જેવો, એટલે પોતાના જેવો રૂડો રૂપાળો કે રૂપરંગવાળો જ નહિ, પણ વળી પોતાના જેવા જ ગુણ સ્વભાવવાળો, પોતાના જેવોજ પરોપકારી અને પોતાના જેવો જ સ્વકુટુંબપ્રેમી કે સ્વદેશપ્રેમી હોવો જોઇએ. એવા ઇચ્છિત વારસને માણસ પોતાના શરીર વિના બીજે ક્યાંથી ઉત્પન્ન કરે ? તે ધારે તેવો વારસ તો પોતાની અનુકુળ ભાર્યાના ઉદરમાંથી જ ઉત્પન્ન કરી શકે.

પુત્રપ્રાપ્તિની ઇચ્છા માત્ર શ્રાદ્ધ કરવા કે પિંડ મૂકવા, કે કાગવાસ નાખવા માટે જ ઉત્પન્ન થયેલી નથી, પણ ઉપર કહ્યા પ્રમાણે પોતાના અપૂર્ણ કામોને–પોતાના ઋણને–બીજાં મનુષ્યો પ્રત્યે પોતાની ફરજ તરીકે આરંભેલાં કાર્યોને–પરિપૂર્ણ કરવા માટે જ પુત્રની ઇચ્છા માણસમાં મૂકેલી છે. એટલા માટે જ પ્રાચીન આર્ય લોકોએ ગૃહસ્થાશ્રમનાં ચોકસ ધોરણો બાંધ્યાં છે. એ ધોરણ પ્રમાણે વર્તનાર ગૃહસ્થાશ્રમી સ્ત્રીપુરૂષોનાં જોડાંઓ ઇચ્છા પ્રમાણે સંતતિને–પુત્ર કે પુત્રીને–ઉત્પન્ન કરી શકે, એમાં જરા પણ શંકા નથી.

પુત્રો તથા પુત્રીઓ ! પિતૃઓ પાછળ મરેલાં માબાપો પાછળ–તમો જે પિંડ મુકો છો, તેનો બીજો હેતુ ગમે તે હશે, પણ તે ક્રિયાઓ એમ બતાવે છે તથા તમને યાદ આપે છે કે, તમારા માતાપિતાનું ઋણ–કરજ–તમારે આપવાનું છે ! ઋણ આપવાનું છે એટલે માત્ર માબાપના દેણા રૂપિયા જ આપવા છે, એમ નહિ, (ઘણાં મનુષ્યો સંસારવ્યવહારનું સર્વસ્વ સોનારૂપાની આપલેમાં જ સમજે છે !) પણ બીજી ઘણા પ્રકારની ફરજો તમારે તેમના વતી બજાવવાની છે, અને તે બધાં તમારાં પિતામાતાનાં ઋણ જ છે. તમારે તમારા માતપિતા જેવાજ સદાચારી, સ્વદેશાભિમાની બનીને તમારા કુળ માટે, તમારા દેશ માટે અને પ્રાણી માત્ર માટે તમારા સ્વાર્થનો ભોગ તમારે આપવાનો છે ! આ તમારા પિંડ આબાદ રીતે માબાપોને પહોંચી જશે, અને તમે તેમનું આ ઋણ આપશો તેથી તેઓ જ્યાં હશે ત્યાં ઘણાં જ પ્રસન્ન થશે !

માબાપની પાછળ તેમનું ઋણુ આપવાને માટે પુત્રના ઉપર જેટલી ફરજ છે તેથી પુત્રીના ઉપર ઓછી ફરજ નથી; અને તેથી આ સંસારમાં પુત્રનો જેટલો હક્ક છે એટલો જ હક્ક સ્ત્રીનો છે. સંસારમાં સ્ત્રીજાતિનો દરજ્જો જરા પણુ નીચો નથી. શું પુત્ર કરતાં પુત્રીનો મહિમા ઓછો છે ? હાલનો પક્ષપાતી હિંદુસંસાર આ પ્રશ્ન કરવાની પ્રેરણા કરે છે ! હિંદુસંસારને પક્ષપાતી કહેવો પડે છે ! આર્યસંસારને નહિ, હો ? જ્યારે ' હિંદ ' ' આર્ય " હતો ત્યારે તે પક્ષપાતી નહોતો. આર્યની દૃષ્ટિ પુત્ર તથા પુત્રી ઉપર સરખી હતી. હાલમાં આપણાં માબાપોની દૃષ્ટિ પુત્રપુત્રી ઉપર સામાન્યરીતે પક્ષપાતી (અસમાન) છે. એક હિંદુ બાપની દૃષ્ટિ વિશેષ પ્રમાણુમાં પક્ષપાતવાળી છે, અને એક ગુજરાતી બાપની દૃષ્ટિ પુત્રી કરતાં પુત્ર તરફ ઘણા નીચપણા સાથે પક્ષપાતવાળી છે ! સારી પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાના જે ઉપયોગી શાસ્ત્રની વાતો આપના આગળ મૂકવાની છે તથા જે ફરીઆદો આપના પાસે નોંધાવવાની છે તે સર્વ ફરીઆદોનું મૂળ આ પક્ષપાતમાં છે ! મનુષ્યજાતનો હાલનો સંસાર જ્યાં જ્યાં પતિત તથા ભ્રષ્ટ થયો જોવામાં આવે છે ત્યાં પુરૂષ કરતાં સ્ત્રીનો દરજ્જો ઉતારી પાડેલો હોય છે, એમ આપના જોવામાં આવશે. હિંદુ માબાપો અને ગુજરાતીઓ ! તમો સૌ પુત્રની જ ઇચ્છા કરો છો અને પુત્રીને માટે અભાવ રાખો છો, અથવા ઓછી ઇચ્છા રાખો છો ! આ પક્ષપાતનો તમારે સ્વીકાર કરવો જ પડશે. પણ તમારા પક્ષપાતી વિચારો પ્રમાણે જો કુદરત પણ તમારી અયોગ્ય ઇચ્છા પ્રમાણે પક્ષપાતી થાય તો તમારા પુત્રોને માટે કન્યા ક્યાંથી લાવશો ? તમારો વંશ શી રીતે રાખશો ? અને તમારા પુત્રો ગૃહસ્થાશ્રમ શી રીતે ચલાવશે ? આ વાતનો કાંઇ વિચાર કરો છો ? સદ્‌ભાગ્યે તમો જેવા પક્ષપાતી છો એવી કુદરત પક્ષપાતી નથી; કેમકે તમારી પક્ષપાત ભરેલી ઇચ્છાનો અનાદર કરીને કુદરત પૃથ્વી ઉપર પુરૂષોની તથા સ્ત્રીઓની સંખ્યા લગભગ સરખી જ લાવી રાખે છે !

ભાગ ૨ જો-બુદ્ધિપ્રભવ-મહાબુદ્ધિની પ્રજા.

પ્રકરણ ૪ થું.

અસાધારણ બુદ્ધિની સંતતિ.

" Teach mankihd how to parent and then how to educate humanity and you transform the world."

DR. TRALL.

"બચ્ચું કેવી રીતે ઉત્પન્ન કરવું, તે માણસજાતને પ્રથમ શીખવો અને પછી કેળવણી આપો, અને આ પ્રમાણે તમો દુનિયાને બદલાવી-સુધારી શકશો."

દુનિયામાં કનિષ્ટ બુદ્ધિ અને સાધારણ બુદ્ધિનાં મનુષ્યો તો ઘણાં જોવામાં આવે છે, પણ અસાધારણ બુદ્ધિનાં એટલે "મહાબુદ્ધિ" વાળાં માણસો બહુ જ થોડાં છે, તેનું શું કારણ? આ પ્રશ્ન એક અતિ મહત્વના વિષય સંબંધી વિચાર ચલાવવાને આપણને ખેંચી જાય છે.

પણ તે વિષે આગળ ચાલતા પહેલાં " મહાબુદ્ધિ " એટલે શું, તે જાણવું જોઇએ. જુદાં જુદાં માણસોને કુદરત તરફથી મનની ખાસ અસાધારણ શક્તિ અથવા બુદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે અને આ સ્વભાવ-સિદ્ધ શક્તિ કે મનોવૃત્તિ તેમને જુદા જુદા ધંધામાં, જુદી જુદી કળામાં કે જુદી જુદી વિદ્યામાં ફતેહમંદ બનાવી શકે છે. એક માણસની સ્વાભાવિક બુદ્ધિ કે મનોવૃત્તિ તેને કુશળ ચિત્રકાર બનાવી શકે છે, બીજા માણસની એ જ ખાસ શક્તિ તેને ઉત્તમ ગાનાર કે કાવ્યકાર બનાવી શકે છે, અને ત્રીજા માણસને પરમ ભક્તિમાન્ બનાવી શકે છે, આવી બુદ્ધિની ઉત્કૃષ્ટ શક્તિ અથવા મનનું કોઇ વિષય તરફ ખાસ વલણ, એનું જ નામ " મહાબુદ્ધિ " છે.

આવી અસાધારણ બુદ્ધિ અથવા સ્વભાવસિદ્ધ શક્તિ માબાપ તરફથી વારસામાં મળે છે, અથવા ખરૂં કહીએ તો માબાપો તેમને ઇચ્છા પ્રમાણે તે શક્તિ આપી શકે છે. માબાપો ઇચ્છે એવી બુદ્ધિનાં, ઇચ્છે એવી શક્તિવાળાં, અને ઇચ્છે એવા ગુણવાળાં સંતાનો પેદા કરી શકે. આ વાત કેવી રીતે બને છે તેનો હવે આપણે વિચાર કરીએ.

આ પૃથ્વી ઉપર કરોડો માણસો વસે છે. તમો તમારા નિત્યના વ્યવહારમાં સેંકડો માણસોને જુઓ છો, અને તેમના સાથે કાર્ય પ્રસંગે સંબંધમાં પણ આવો છો. તમોને એ બધાં મનુષ્યોના આકારમાં, રૂપરંગમાં, પ્રકૃતિ કે સ્વભાવમાં, રીતભાતમાં અને કૃત્યોમાં ભિન્નતા તથા વિલક્ષણતા જોવામાં નથી આવતી? તમને કદિ એવો પ્રશ્ન ઉઠયો છે કે આટલી બધી વિચિત્રતા અને ભિન્નતા શા માટે હશે? એક જ દેશનાં, એક જ પ્રાંતનાં, એક જ શહેરનાં, એક જ જ્ઞાતિનાં, એક જ કુટુંબનાં, અરે! એક જ માબાપથી જન્મેલાં માણસોનાં પણ આ સર્વ બાબતમાં તફાવત જોવામાં આવે છે. આ તફાવત માત્ર શરીરના કે મોંના આકારનો જ નથી; સ્વભાવમાં તથા બુદ્ધિમાં પણ મોટા અંતર હોય છે. કુદરતની એક જ સૃષ્ટિમાં આવડો મ્હોટો તફાવત શા માટે હોય છે?

વળી, એક કુટુંબ સત્વગુણી, બીજું રજોગુણી, અને ત્રીજું તમોગુણી; એક કુટુંબ સદાચારી અને બીજું દુરાચારી; એક કુટુંબ પવિત્ર અને બીજું વ્યભિચારી; એક કુટુંબ આસ્તિક અને બીજું નાસ્તિક; આનું પણ શું કારણ છે?

કેટલાંક માણસો ખુબસુરત અને કેટલાંક બદસુરત, કેટલાંક ગોરા, કેટલાંક કાળાં, કેટલાંક ભલાં, કેટલાંક લુચ્ચાં લબાડ, કેટલાંક બીકણ, કેટલાંક બહાદુર, કેટલાંક સત્યવાદી, કેટલાંક જૂઠાં, કેટલાંક સંપીલાં, કેટલાંક કુસંપી, કેટલાંક દયાળુ, કેટલાંક દુષ્ટ, અરે, એટલું જ નહિ, કેટલાંક કુદરતી કવિ, કેટલાંક કુદરતી ચિત્રકાર, કેટલાંક કુદરતી શોધક અને કેટલાંક કુદરતી સંગીતશાસ્ત્રી હોય છે, તેનું પણ શું કારણ?

એક જ શાળામાં કે એક જ વિદ્યાલયમાં સાથે શીખેલા વિદ્યાર્થીઓમાંથી કેટલાક ગણિતમાં કુશળ (expert) નીકળી આવે છે, કેટલાક રસાયનશાસ્ત્રની ખાસ કુશળતા ધરાવે છે, અને કેટલાક ન્યાય (logic) શાસ્ત્રમાં કુશળ કહેવડાવે છે. કેટલાક વિદ્યાર્થીઓ આ વિષયોમાં ઝળકી ઉઠે છે ત્યારે તેમની જ સાથે શીખેલા બીજા વિદ્યાર્થીઓ વળી બીજા વિષયોમાં વિદ્વાન બનીને બહાર આવે છે. આ પ્રમાણે થોડા વિદ્યાર્થીઓ મહાબુદ્ધિવાળા થાય છે અને બાકીના મધ્યમ બુદ્ધિના, મંદ બુદ્ધિના કે ઘણાક તો છેક કનિષ્ઠ બુદ્ધિના રહે છે, તેનું કારણ શું ?

વેપારમાં વાણીયાની બુદ્ધિ જેવી ચાલે છે અને ફતેહ પામે છે, એવી બ્રાહ્મણની ચાલતી નથી; સુતારનું કામ સુતારનો દીકરો જેવી ચાલાકીથી અને ઝડપથી શીખી લે છે, એટલી ચાલાકીથી કે ઝડપથી વાણીયાનો કે બ્રાહ્મણનો દીકરો શીખી શકતો નથી; અને એ જ પ્રમાણે બીજા ધંધાઓને માટે સમજવું. પણ એમ શા કારણથી બને છે ?

તમારૂં એક બાળક મંદબુદ્ધિવાળું કે જડબુદ્ધિનું થયું અને બીજાં બધાં બાળકો ચાલાક શાથી થયાં ? તમારાં બધાં છોકરાં બહાદુર છે અને એક બીકણ છે. અથવા તમારાં બીજાં છોકરાં આનંદી સ્વભાવનાં છે, પણ એક ઉદાસ અથવા ક્રોધી છે, તેનું શું કારણ ?

દુનિયામાં કનિષ્ટ તથા મધ્યમ સ્થિતિનાં માણસોની સંખ્યા ઘણી મોટી શા માટે છે? ઘણાં મનુષ્યો આખી જીંદગી સુધીમાં એક વાતમાં– એક કામમાં–પણ પુરી ફતેહ મેળવી શકતાં નથી, તેનું શું કારણ હશે ? દુનિયામાં સર્વ ઠેકાણે દુઃખો, પાપો અને અકાળ મૃત્યુઓ દેખીએ છીએ, તેનું શું કારણ છે ? આ બધી વાતોનો ઉત્તર તમે ધારો છો એવો કઠણ નથી, પણ તમે એ વિષે વિચાર કરવાની કદિ તસ્દી જ લેતા નથી !

આ બધા પ્રશ્નોનું સમાધાન એક જ ઉત્તરથી થાય છે. દુનિયામાં માબાપો બુદ્ધિપ્રભાવ શાસ્ત્રને અને મહાબુદ્ધિના નિયમોને ભૂલી ગયાં છે. તેઓ એ શાસ્ત્ર પ્રમાણે તથા એ નિયમો પ્રમાણે વર્તતાં નથી,

અને એ નિયમો પ્રમાણે બાળકો ઉત્પન્ન કરતાં નથી, એ જ ખરૂં કારણ છે. દશ હજાર છોકરાં જન્મે, તેમાં ભાગ્યે એક છોકરૂં માબાપની ઇચ્છા પ્રમાણે જન્મતું હશે; બાકીનાં નવ હજાર નવસો નવાણું છોકરાં માબાપની ઇચ્છા વિના જન્મે છે. માબાપ તેમને બુદ્ધિપૂર્વક જન્મ આપતાં નથી. અરે! તે બચ્ચાંઓ માબાપનાં પાપાચરણો, માબાપની દુષ્ટ વાસનાઓ અને માબાપની મલિન મનોવૃત્તિઓ લઇને જન્મે છે! જે દુનિયામાં આવી રીતે સંતતી પેદા થાય ત્યાં પાપો, દરદો, વ્યભિચારો, વ્યસનો, ખૂનો અને બીજી ખરાબીઓ હોય, એમાં આશ્ચર્ય શું?

હવે પછીનાં પ્રકરણોમાં કહેવામાં આવશે તે પ્રમાણે ગર્ભની તૈયારીના સમયમાં તથા માતાના ગર્ભમાં બાળક હોય ત્યાં સુધીમાં માબાપોએ અને મુખ્ય કરીને માતાઓએ જે જે નિયમો પાળવા જોઇએ તે નિયમો પાળવાનું જ્યાં સુધી માણસો શીખશે નહિ ત્યાં સુધી દુનિયામાં ખરો સુધારો થવાનો નથી અને સાચું સુખ સાંપડવાનું નથી; ત્યાં સુધી દુનિયામાં કનિષ્ઠ બુદ્ધિની પ્રજા ઓછી થવાની નથી અને ત્યાં સુધી મહાબુદ્ધિનાં મનુષ્યોની* સંખ્યા આ પૃથ્વી ઉપર વધવાની નથી.

હાલમાં સંસારમાં જે રીતે બાળકો ઉત્પન્ન થાય છે તેના ત્રણ વર્ગ પાડીએ તો ત્રીજા એટલે છેલ્લા કનિષ્ઠ વર્ગનાં મનુષ્યોનાં માબાપો છેક બેકાયદેથી વર્ત્તનારાં દુરાચરણી હોવાં જોઇએ. તે માબાપોથી ગર્ભ રહેલ હોય છે તે અકસ્માત્ કે દૈવયોગથી રહી ગયો હોય છે. ઘણી વાર તેમની ઇચ્છા વિના પણ ગર્ભ રહી જાય છે, ઘણી વાર સંતતિને માટે આતુરતા હોય છે છતાં ગર્ભ રહેતો નથી અને ઘણી વાર જરૂર નહિ છતાં ગર્ભ રહી જાય છે. સ્ત્રીવ્યવહારમાં કોઇ પણ પ્રકારનો અંદાજો કે નિયમ નહિ રહેવાથી ગર્ભ ક્યારે રહ્યો તેની પણ ઘણી વાર માબાપોને ખબર રહેલી હોતી નથી, અને ગર્ભનાં ચિન્હો માલમ પડયા પછી જ તેઓ જાણી શકયાં હોય છે કે તેને ગર્ભ રહ્યો

---

* Men of genius.

છે. સંસારમાં કનિષ્ઠ એટલે છેક ઉતરતા પ્રકારની જે સંતતિ થઇ છે તે આવાં અધમ વર્ત્તણુંકવાળાં માબાપોથી થઈ છે.

એ વર્ગ કરતાં કાંઈક ચડીઆતા વર્ત્તનવાળો એક બીજો વચલો વર્ગ છે. તે વર્ગનાં માબાપો પણ ગર્ભાધાન સમયે ચોક્કસ ઇચ્છા કે નિયમથી વર્ત્તેલાં હોતાં નથી; તોપણ તેમનું વર્ત્તન પેલાં અધમ માબાપો જેવું છેક અજ્ઞાનતા ભરેલું નિચું નહિ હોવું જોઇએ. તેઓ પોતાનો સંસાર ભોગવવામાં કાંઈક અંદાજામાં રહેલાં હોય છે. ઉંચા પ્રકારની જીંદગી કેમ ભોગવવી અને ઉત્તમ બાળકો ઉત્પન્ન કરવાને માટે કેમ વર્તવું, એટલી સમજ કે બુદ્ધિ તેમનામાં હશે. તેઓ જીંદગીના કીર્તિવંત હક્કને કે સંસારના સાચા સુખને સમજવાવાળાં નહિ હોવાં જોઇએ, અને એથી જ એવી ઉત્તમ જીંદગીનો લાભ તેઓ લઈ શક્યાં નથી. આ વર્ગ ઘણો મોટો છે અને તેમની જીંદગી જો કે અધમ નથી હોતી તોપણ લગભગ વ્યર્થ હોય છે.

સૌથી ઉત્તમ વર્ત્તનવાળાં માબાપોની સંખ્યા ઘણી જ ન્હાની જોવામાં આવે છે. આ સંસારમાં જે ઉત્તમ વર્ત્તનનાં મનુષ્યો જોવામાં આવે છે, તે બધાં આ વર્ગનાં ઉત્તમ માબાપોએ જન્મ આપેલાં ફરજંદો છે. એ મનુષ્યો એમનાં ઉત્તમ માબાપોનાં ઉત્તમ વર્ત્તનનાં અને ઉત્તમ વિચારોનાં ફળ છે, આ વાત ખરેખરી સત્ય સમજવી. આ વર્ગનાં મનુષ્યો મોટે ભાગે સત્કાર્યો કરે છે, કીર્તિ મેળવે છે, અને પોતાનાં કાર્યોમાં ફતેહ પામે છે. તેમની જીંદગી ઓછા વધતા પ્રમાણમાં સફળ થયેલી ગણાય છે અને તેઓ પોતાની પાછળ ઉત્તમ કાર્યોની અને ઉત્તમ ગુણોની એવી તો અસરકારક છાપ મૂકી જાય છે કે જેવી છાપ સેંકડો ગ્રંથોથી, કીર્તિ સ્તંભોથી, કે શીલા લેખોથી પણ ટકી રહેતી નથી. જીંદગીની સફળતા માટે અને પૃથ્વી ઉપર ઉત્તમ ઓલાદનો વંશ વધારવાને માટે આવી મહાબુદ્ધિવાળી પ્રજાને ઉત્પન્ન કરવી, એ આ પૃથ્વી ઉપરનાં દરેક દંપતીની ફરજ છે.

પૃથ્વીને આવી મહાબુદ્ધિની સંતતિની જ જરૂર છે. પણ તે શી

રીતે ઉત્પન્ન થાય ? મહાત્મા સુશ્રુત કહે છે કે, 'નવું ફરજંદ ઉત્પન્ન કરવાના સમય ઉપર તમો માબાપો જે જાતનો આહાર કરતાં હશો, એવી તમારી સંતતિ થશે; તે વખતે જેવાં તમારાં આચરણ હશે એવાં આચરણવાળાં તમારાં છોકરાં થશે; અને તે સમય ઉપર જેવી તમારી ચેષ્ટાઓ હશે એવી ચેષ્ઠાવાળાં તમારાં છોકરાં થશે. ગર્ભની તૈયારીમાં અને ગર્ભાવસ્થામાં માબાપો વ્યસની હશે તો તેનાં છોકરાં વ્યસની થશે. માબાપો તામસી ખોરાક ખાનારાં હશે તો તેમનાં છોકરાં તામસી સ્વભાવનાં, આળસુ અને અજ્ઞાની થશે; માબાપો વ્યભિચારી હશે તો તેમનાં છોકરાં વ્યભિચારી થશે, માબાપો ચોર હશે તો તેમનાં છોકરાં ચોરી કરતાં શીખશે, માબાપો સદાચારી, આસ્તિક અને ભક્તિમાન્ હશે તો તેમનાં છોકરાં પણ તેવાં જ થશે. ચેષ્ઠા એટલે ચાલચલગત, બોલવા ચાલવાની ઢબ, શરીરનાં લટકાં, મોંનાં મટકાં, ઇત્યાદિ. શરીરના હાવભાવો પણ માબાપો પાસેથી બાળકોને વારસામાં મળે છે.

આ સંબંધમાં એકાદ શંકા કરવામાં આવે છે, તેનું અત્રે સમાધાન કરવાની જરૂર છે, એવું કહેવામાં આવે છે કે, " તમો કહો છો કે છોકરાં માબાપ જેવાં થાય છે, પણ ઘણી વાર સદાચારી માબાપોને દુરાચારી છોકરાં થાય છે અને દુરાચારી કુટુંબોમાં સદાચારી છોકરાં પણ વખતે નીપજે છે; તેમ જ એક જ માબાપથી થયેલાં છોકરાંઓના સ્વભાવમાં તથા વૃત્તિઓમાં તફાવત હોય છે, તેનું કેમ ? " આ શંકાનો ખુલાસો નીચે પ્રમાણે થઇ શકે.

પ્રથમ તો એટલું સમજી લેવાનું છે કે, જેવાં માબાપો હોય એવાં છોકરાં થાય છે, અને તે ઉપરથી લોકોમાં એક સાદી કહેવત પણ ચાલે છે કે, ' બાપ તેવા બેટા ને વડ તેવા ટેટા ' આ એક સામાન્ય નિયમ છે અને તે નિયમ સામાન્ય રીતે સર્વત્ર ખરો છે. તથાપિ, આગળ કહ્યા પ્રમાણે વધારે સત્ય અને સબળ નિયમ તો એ છે કે સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાના સમયમાં તથા ગર્ભાવસ્થાના સમયમાં મા અને બાપ બન્ને

અથવા મુખ્ય કરીને માતા પોતાની મનની જે સ્થિતિમાં હોય છે, જેવા વિચારો સેવે છે, જેવા સંકલ્પો કરે છે અને જેવા સ્વભાવ કે પ્રકૃતિમાં હોય છે, એવી જ ગર્ભની અંદરના બાળક ઉપર અસર થાય છે અને તેથી તે બાળક એવી જ મનોવૃત્તિનું, વિચારોનું, અને પ્રકૃતિનું બને છે. માબાપ સર્વે વખતે મનની એક સરખી સ્થિતિમાં કે એક સરખા વિચારમાં હોતાં નથી, અને તેથી જ જુદા જુદા ગર્ભ સમયે માબાપની મનોવૃત્તિઓમાં જે જાતનું વિશેષ પ્રબળ હોય છે, એવી વૃત્તિ તે સમયના ભાવી સંતાનમાં પણ ઉતરે છે, અને તે કારણથી એક જ માબાપનું એક બાળક બીજા બાળક કરતાં ગુણ દોષમાં જુદું પડે છે. સ્ત્રી પ્રત્યે પતિનો પ્યાર અથવા સ્ત્રીનો પતિ ઉપરનો પ્યાર આ વાતમાં મોટી અસર કરે છે, જે વાતની હવે પછીના એક પ્રકરણથી સમજ પડશે. છેટે શા માટે જવું ? હિંદુ કુટુંબોનો ઇતિહાસ અથવા તમારા પાડોશીઓનો જ સંસાર તપાસો ? જે પરણેતરમાં સ્ત્રીપુરૂષનો પરસ્પર પ્રેમ ઠંડો હોય છે, તેમને કદિ છોકરાં થાય છે તો તે છોકરાં ઘણાં જ નબળાં અને માલ વગરનાં થાય છે, એજ પુરૂષ બીજી અનુકુળ સ્વભાવની સ્ત્રીને પરણે છે અને તેનાથી જે છોકરાં થાય છે તે ઘણા ચાલાક થાય છે. એવા દાખલા આપણે ઘણે ઠેકાણે દેખીએ છીએ. કોઇ આફતને લીધે પુરૂષ કે સ્ત્રી અથવા બન્ને જો બહુ ચિંતા ભરેલી સ્થિતિમાં હોય છે તો તે સ્થિતિમાં જે ગર્ભ રહે છે ને જે બાળક થાય છે તે આગલાં બાળકો કરતાં સ્વભાવમાં જુદું પડે છે, અર્થાત્ તે બાળક સ્વભાવે ઉદાસ થાય છે.

દુરાચરણી માબાપો પણ ચોક્કસ પ્રસંગ ઉપર કોઇ ઉપદેશના પ્રભાવથી કે સત્સંગના બળથી ગર્ભ ધારણ કરવાના સમય ઉપર સારી વૃત્તિમાં હોય છે અને તેવી અનુકુળ વૃત્તિમાં બીજ પડી જાય છે તો તે બાળક સદાચારી પાકી આવે છે, અને એવી જ રીતે સદાચરણી માબાપોની પ્રસંગવશાત્ બગડેલી વૃત્તિના પ્રભાવથી તે વખતે રહેલો ગર્ભ નઠારી બુદ્ધિવાળો પાકે છે. એટલુંજ નહિ, પણ ઘણી

વાર માણસો પોતાના કૃત્રિમ વર્ત્તનથી આપણને ઠગે છે. તેઓ જેવા બહારથી દેખાય છે એવા અંદરથી હોતા નથી. એવાં સેંકડો માણસો જોવામાં આવ્યાં છે કે જેઓ તેમના બહારના કૃત્રિમ દેખાવથી મોટા સાધુ પુરૂષમાં કે સિદ્ધ પુરૂષમાં કે સદાચારી પુરૂષમાં ખપે જાય છે પણ તેમનાં અંદરખાનેનાં આચરણો ઘણાં વિપરીત હોય છે. સ્વાર્થ સાધવા માટે બહારની દુનિયાં આગળ તેઓ બહુ મધુર બોલનારા વિનયવાળા, અને ઠાવકા દરેલા દેખાય છે. પણ તેમની ખાનગી વર્ત્તણુક, સ્ત્રીપુત્રાદિક પ્રત્યે તેમની રીતભાત, ઘણી જ હલકી, ઘણી જ અધમ હોય છે, અને સ્ત્રી પ્રત્યેની એવી હલકી વર્ત્તણુકને લીધે તેઓ પોતાની સ્ત્રીમાં સારા ફરજંદને ઉત્પન્ન કરે, એ મહાબુદ્ધિના અને કુદરતના નિયમથી ઉલટું અને અસંભવિત છે. આમ છતાં લોકો ઠગાય છે અને આવા સદાચરણી (ખરૂં જોતા દુરાચરણી) પુરૂષોને નઠારી પ્રજા પ્રાપ્ત થયેલી જોઇને આશ્ચર્ય પામે છે. પણ એમાં આશ્ચર્ય થવા જેવું કાંઇ હોતું નથી. જે બને છે તે બુદ્ધિ પ્રભાવના નિયમ પ્રમાણે બને છે.

બાળક કેવું ઉત્પત્ર કરવું અને તે કેવી રીતે ઉત્પન્ન કરવું, તેના પણ ચોક્કસ નિયમો છે. તે વિષે હવે પછી વર્ણન કરવામાં આવશે જે માબાપો આ નિયમો પ્રમાણે બાળકો ઉત્પન્ન કરતાં નથી અથવા ઉત્પન્ન કરવા વિષે જાણતાં નથી, તેમનાં બાળકો મોટે ભાગે ઇચ્છા પૂર્વક કે બુદ્ધિપૂર્વક નહિ પેદા કરેલાં હોવાને લીધે માંદાં, બેડોળ બીકણ, અલ્પાયુષ અને રોગી જન્મે છે, અને એમ જ બને છે, તેના પુરાવા આપણા સંસારમાં જોઇએ એટલા મળી આવે છે.

પિતાઓ! મહાબુદ્ધિના આ નિયમો પ્રમાણે તમે તમારાં ભાવિ (હવે થનારાં) બાળકોને તમારી ઇચ્છા પ્રમાણે ઉત્પન્ન કરી શકો તમો ઇચ્છો તો તમારા ભાવી બાળકને એક ઇતિહાસકાર કે નવલ કથાકાર બનાવી શકો. તમો ધારો તો તમારા ભાવી બાળકને સુરેન્દ્ર[1]

---

1 કલકત્તાના સમર્થ વક્તા બાબુ સુરેન્દ્રનાથ બેનરજી.

જેવો વક્તા અને દાદાભાઇ[1] જેવો સર્વોત્તમ સ્વદેશભક્ત બનાવી શકો ! તમે ધારો તો તમારા બાળકને મહાત્મા ઝંડુ[2] જેવો દયાવીર પ્રાણાચાર્ય ધન્વંતરી બનાવી શકો, અને તમે ઇચ્છો તો ટ્રાન્સવાલ જેવા દૂરના દેશમાં સ્વદેશ માટે સત્યાગ્રહની લડાઇમાં સર્વ સ્વાર્થોનો ભોગ આપનાર ગાંધી[3] જેવા અડગ અને સત્યાગ્રહી સુપુત્રને પણ જન્મ આપી શકો !

જનેતાઓ ! શું તમે એમ માનો છો કે તમારી કુખમાં જે બાળક પાકે છે તે કિસ્મતના યોગથી પાકે છે ? શું તમે એમ માનો છો કે તમારા બાળકના ગુણદોષ માટે તે બાળક કે ઇશ્વર જવાબદાર છે ? કિસ્મત નામે કોઇ વસ્તુ નથી, અને તમારાં કૃત્ય માટે ઇશ્વર જવાબદાર હોઇ શકે નહિ ! રોગી અને દુરાચારી બાળકોને પેદા કરવામાં ઇશ્વરનો હાથ હોય નહિ. એક બાળકને નિરોગી તથા સુખી બનાવવો અને બીજા બાળકને રોગી તથા દુઃખી બનાવવો, એવો પક્ષપાત ઇનસાફી ઇશ્વર કદિ પણ કરે નહિ. આપણા ઉદ્યોગથી જે કાંઇ પ્રાપ્ત થાય છે તે આપણા કર્મનું ફળ છે. એ ઉદ્યોગ સત્ય રસ્તે થયો હોય તો સારૂં ફળ મળે છે, અને ખોટે રસ્તે થયો હોય તો નઠારૂં ફળ મળે છે. માટે કિસ્મતની વાત મનમાંથી કાઢી નાખો અને તમારા વિચારબળથી, તમારા માનસિક બળથી તમારાં ભાવી બાળકમા સારા સસ્કારો નાખી ઇચ્છા પ્રમાણે બાળકો પેદા કરવાના નિયમોને માન આપો.

અહો, માતાઓ ! તમારી પૂર્વની બહેનોને યાદ કરો. અધમોદ્ધારણ ગૌતમબુદ્ધ અને જીસસ ક્રાઇસ્ટ જેવા મહાત્માઓને જન્મ

---

૧ સ્વદેશ સેવા માટે આખી જીંદગી સમર્પણ કરનાર નરવર દાદાભાઇ નવરોજી. ૨ જામનગરના સ્વર્ગસ્થ વૈદ્યરાજ ઝંડુ ભટ્ટજી, જેઓમાં વૈદ્યના સર્વ ઉત્તમ ગુણો હોવા ઉપરાંત તેઓ દયાના સાગર હતા. ૩ ટ્રાન્સવાલમાં ચાલેલી સત્યાગ્રહની લડતના આત્મા મહાત્મા મોહનલાલ કરમચંદ ગાંધી હાલ હિંદમાં કાર્ય કરી રહ્યા છે.

આપનાર તમારી જ બહેનો હતી. એ તમારી બહેનોએ ધ્રુવ અને **પ્રહ્લાદ** જેવા અનન્ય ભક્તિવાળા પુત્રોને પેદા કરેલા હતા; એ તમારી બહેનોએ ધર્મોદ્ધારક ભગવાન્ **શંકર** અને **મહમદ** પેગંબર જેવા પુરૂષ રત્નોને જન્મ આપ્યો હતો. **નેપોલીયન** અને **અલેકઝાન્ડર** જેવા મહત્વાકાંક્ષી બાદશાહી પુત્રોને પેદા કરનાર પણ તમારી બહેનો હતી. **હરિશ્ચંદ્ર** જેવા સત્યવીર, અને **યુધિષ્ટર** જેવા ધર્મવીર પુરૂષો તમારી બહેનોના ગર્ભસ્થાનમાં પાકયા હતા. **રામ** જેવા આજ્ઞાપાળક અને **શ્રવણ** જેવા પિતૃભકત પુત્રોને જન્મ આપનાર પણ તમારી જ બહેનો હતી! તમે જાણો છો કે આ બધાં પુરૂષ રત્નો તમારા જેવી જ માતાઓના મનોબળથી અને પ્રેમભક્તિથી પ્રાપ્ત થયાં હતાં! બહાદુર ક્ષત્રાણીઓના જ ખોળામાં ધૈર્યધર, ઉદારચરિત અને વીર ક્ષત્રીપુત્રો પાકયા હતા. અરે, સદા નામ સ્મરણ કરવા લાયક તમારી બહેનો—સતીઓ—**સીતા, દ્રૌપદી, તારા** અને **અનસૂયા** પણ તમારી બહેનોના કુખમાં પાકી હતી! એક દયાળુ અને માયાળુ માતાના હૃદયની પ્રતિમા એ જ **બુદ્ધ** હતો, અને ક્ષત્રિ ધર્મને સમજવાવાળી **સુભદ્રાએ** જ ગર્ભસ્થાનમાં **અભિમન્યુને** વ્યૂહ રચનાનો છેલ્લો કોઠો વિંધવાનો ભેદ ભણાવ્યો હતો! આવાં અનેક દૃષ્ટાંતોથી સિદ્ધ થઈ શકે છે કે, ઇચ્છા પ્રમાણે અસાધારણ શક્તિની પ્રજા ઉત્પન્ન કરી શકાય છે.

પ્રકરણ ૫ મું.

કળાકુશળ સંતતિ.

इच्छेतां यादृशं पुत्रं तद्रुपचारितांश्च तौ ।
चिन्तयेतां जनपदां स्तदाचारपरिच्छदौ ॥—वाग्भट्ट.

"જેવા પુત્રની ઇચ્છા હોય, તેવા રૂપ તથા ચારિત્ર્યવાળા
પુરૂષોનું માબાપોએ ચિંતવન કર્યા કરવું."

મહાબુદ્ધિની સંતતિ વિષે ગયા પ્રકરણમાં સામાન્ય વિચારો આપના આગળ મૂકવામાં આવ્યા. આપ ઇચ્છા પ્રમાણે અસાધારણ બુદ્ધિનું બાળક ઉત્પન્ન કરી શકો છો, તો એક એવું બાળક ઉત્પન્ન કરો કે જે ચોક્કસ હુન્નરમાં કે કળામાં મહાબુદ્ધિશાળી અને પ્રવીણ થાય. બાળક ગર્ભમાં હોય ત્યારથી જ અથવા તે પહેલાંથી જ તમારા ભીવી બાળકને માટે નક્કી કરેલા હુન્નરમાં તમે તેને કેળવવાની તૈયારી કરો.

અસાધારણ બુદ્ધિની જરૂર માત્ર વિદ્યામાં અને સાહિત્ય (literature) સંબંધી વિષયમાં જ છે, એમ નહિ સમજો. અસાધારણ બુદ્ધિ માત્ર ઇતિહાસમાં, ગણિતશાસ્ત્રમાં, વૈદ્યવિદ્યામાં, વક્તૃત્વમાં કે કાવ્ય કળામાં જ ઉપયોગી છે અને અન્ય વિષયોમાં તેવી જરૂર નથી, એવું નથી. દરેક ધંધામાં, દરેક હુન્નરમાં, અને મહેનત મજુરી જેવા કામમાં પણ અસાધારણ બુદ્ધિનો ઉપયોગ છે.

ચાલુ જમાનામાં હુન્નર, ઉદ્યોગ, કારીગરી અરે કામ કરવાની ચતુરાઇની જબરી હરિફાઇ ચાલી રહી છે. આવા હરિફાઇના સમયમાં અસાધારણ બુદ્ધિનાં મનુષ્યો આગળ વધી જાય છે. વર્ણાશ્રમ ધર્મના ધંધા પ્રમાણે પડેલી નાતોના વાડાઓ તો ઘણા સમયથી તુટવા લાગ્યા છે, લગભગ તુટી ગયા છે, અને જો આવી જ વ્યવ-

સ્થા ચાલુ રહેશે તો થોડા સમયમાં જુની વ્યવસ્થા છેક તુટી જશે, અને કડીઆ, લુવાર, સુથાર, મોચી વગેરે કારીગર લોકોની કારીગરી, જો તેઓ સુસ્ત પડશે તો, બીજા ધંધાવાળાઓ હાથ કરી લેશે. અત્યાર સુધી આ દેશમાં ચાલ્યું તેમ ધંધાઓ એક એક જાતના હાથમાં રહેવાના નથી, પરંતુ કોઇ પણ જે લોકો તે તે ધંધામાં વધારે ચાલાકી બતાવશે તેઓ તે તે ધંધાને હાથ કરી શકશે અને આગળ વધી જશે. વળી કામ કરવાની આવડત, ચાલાકી અને ચતુરાઇ દિન-પ્રતિદિન વધે છે, અને ધંધામાં મહાબુદ્ધિ અને અસાધારણ શક્તિ આગળ પડે છે.

હિંદની નાતો પોતાનો પરંપરાગત ધંધો કરતી આવી છે અને તેથી ઓલાદે ઉતરી આવતી આવડતને લીધે તેઓ સ્વાભાવિક રીતે પોત-પોતાના ધંધાનું સામાન્ય જ્ઞાન ધરાવે છે. પણ હરિફાઇના આ સમ-યમાં માત્ર સામાન્ય જ્ઞાન કાંઇ કામ આવે એમ નથી. ધંધાની માલીકી (monopoly) હવે હાથમાં રહી શકે એમ નથી. સુથાર અને કડીયાનાં કાર્યો બીજા લોકોએ ઉપાડી લેવા માંડયા છે અને તેમાં તેઓ અસાધારણ કુશળતા બતાવવા લાગ્યા છે. બ્રાહ્મણો પોતાની પરંપરાગત બુદ્ધિને માટે મગરૂર છે, અને ખરી વાત છે કે ઓલાદથી ઉતરી આવતા ગુણો અને ઓદે ઉતરી આવતી અક્કલ એકદમ જતાં નથી. બ્રાહ્મણો બીજી જાતિઓ કરતાં બુદ્ધિમાં ચઢી-આતા હોય તો તે તેમના પૂર્વજોની કીર્તિવંત કમાણીનો—બુદ્ધિનો વારસો છે ! પરંતુ ઉદ્યોગ અને પ્રયાસ વીના એ વારસો નાબુદ થવાનો સંભવ છે અને ઓછી બુદ્ધિશાળી એવી બીજી કોમો બ્રાહ્મણોના ઉપર બુદ્ધિના વિષયમાં વિજય મેળવતી જાય છે. પ્રાચીન આર્યોના બ્રાહ્મ-ણકુળમાં જે ઋષિરત્નો પાક્યાં હતાં તેવાં રત્નો હાલમાં આ દેશનાં બ્રાહ્મણકુળમાં ક્યાં પાકે છે ? એવી જ રીતે હુન્નરકળાના ધંધાઓને માટે સમજી લેવું. હિંદની નાતો પોતાનો પરંપરાગત ધંધો ઘણી દરિદ્ર હાલતમાં આજ સુધી ચલવતી આવી, પણ મહાબુદ્ધિના શાસ્ત્રમાં કુશળ એવા પશ્ચિમના લોકો જોતજોતામાં હુન્નર કારીગરીમાં ઘણા

આગળ વધી ગયા અને આ દેશનો કારીગર વર્ગ ઘણોજ પાછળ પડી ગયો. શારીરશાસ્ત્ર અને માનસશાસ્ત્રની મદદથી પાશ્ચાત્ય પ્રજાઓમાં એટલે ઇંગ્લંડ, જર્મની, ફ્રાન્સ, અમેરિકા વગેરે દેશોમાં અસાધારણ શક્તિવાળાં મનુષ્યો પાકવા લાગ્યાં છે, અને તે બુદ્ધિપૂર્વક ઉદ્યોગનું જ પરિણામ છે.

આવા હરિફાઇના સમયમાં હિંદી માબાપોએ હવે પોતાના પુત્રોને માટે ધંધાનો નિર્ણય પ્રથમથી જ કરી રાખવાની જરૂર છે. પ્રથમથી એટલે ગર્ભ રહ્યા અગાઉથી જ તેનો નિર્ણય અને નિશ્ચય કરવો જોઇએ. તમારા ભાવી પુત્રને જે ધંધામાં કે હુન્નરકળામાં નાંખવાનો તમારો વિચાર થાય તેને માટે તમારે ખરેખાત તેના ગર્ભમાં પહેલાંથી જ તૈયારી કરવી જોઇએ. તમારા ભાવી બાળકને તમારે ડાક્ટર બનાવવો હોય તો વૈદ્યવિદ્યાનું મહાત્મ્ય (Importance) તમારે જાણવું જોઇએ. બાળકને ડાક્ટર બનાવવા માટે માબાપે ડાક્ટર બનવાની જરૂર નથી, પણ ગર્ભમાંના બાળકમાં ડાક્ટરી વિદ્યા તરફ વૃત્તિઓ નાખવા માટે માબાપોએ અને વિશેષ કરીને માએ ગર્ભાધાનના સમયમાં અને ગર્ભના નવ માસમાં નિરંતર અથવા વારંવાર વૈદ્યવિદ્યા ઉપર પ્રીતિ જોડવી જોઇએ, વૈદ્યવિદ્યાનાં વખાણ કરવાં, વખાણ સાંભળવાં, વૈદ્યો અને ડાક્ટરો તરફ અર્થાત્ વૈદ્યક ધંધો કરનાર વિદ્વાન લોકો તરફ સદ્‌ભાવ રાખવો, એવા પ્રવીણ ડાક્ટરો અને વૈદ્યોનું નિત્ય ચિંતવન કરવું, બની શકે તો વૈદ્યવિદ્યાનાં પુસ્તકો વાંચવાં, ડાક્ટરોનાં ઉત્તમ ચરિત્રો વાંચવાં અને સાંભળવાં, વ્યાખ્યાનો સાંભળવાં, અને માંદાંઓની બહુ જ પ્રીતિથી માવજત કરવી; ટુંકામાં, વૈદ્યક ધંધા તરફ સંપૂર્ણ પ્રીતિ રાખીને નિરંતર તે સંબંધી વિચારો સેવવા. માતાના આ વિચારોની ગર્ભમાંના બાળક ઉપર ઘણી પ્રબળ છાપ પડે છે, અને તે બાળક મોટું થતા વૈદ્યવિદ્યા તરફ પ્રીતિ ધરાવનારૂં થાય છે, અને તેને એ વિદ્યા શીખવવામાં આવે છે તો તે વિદ્યામાં અસાધારણ કુશળતા ધરાવનાર વૈદ્ય કે ડાક્ટર બને છે. આવી રીતે તમારા ભાવી બાળકને કોઇ પણ હુન્નરકળામાં તમો મહાબુદ્ધિ-

વાળું કરી શકો. હાલ અંધાધુંધીથી બાળકો પેદા કરવામાં આવે છે, અંધાધુંધીથી ધંધા નોકરી શોધી લેવામાં આવે છે, અને આખો સંસાર અંધાધુંધીમાં પસાર થાય છે! આપણાં બાળકો કોઇ પણ ધંધામાં અને કોઇ પણ કામમાં ફતેહ મેળવી શકતાં નથી, તેનું શું કારણ છે? આ વાતનો તમો કદિ વિચાર કરો છો? સટ્ટાથી અને તાલમબાજીથી લખપતિઓ બની ગયાના સેંકડો દાખલા આપણી નજર આગળ બને છે! અને અલબત્ત આ જાતની તાલમબાજી જેમ બજારમાંથી શીખાય છે, તેમ તાલમબાજ માબાપો પાસેથી પણ વારસામાં મળે છે! અમને એવાં માબાપો બતાવશો કે જેમણે પોતાનાં ઉત્તમ વર્તનવડે, ઉત્તમ ગુણોવડે અને ઉત્તમ વિચારોવડે મહાબુદ્ધિની પ્રજા ઉત્પન્ન કરી હોય, અને જેની મહાબુદ્ધિવાળી પ્રજાએ પોતાના એ જ ઉત્તમ ગુણોવડે અસાધારણ પરાક્રમો કરીને નામના કાઢી હોય? ભાડે લીધેલી બુદ્ધિથી, ભાડાના લાગવગથી, ખુશામતથી અને દ્રવ્યના મોટા ખર્ચથી નામધારીઓની સંખ્યા તમારી આસપાસ ઘણી મોટી જોવામાં આવશે; એવા નામચીંધ મોટાં માણસોને તમો અસાધારણ બુદ્ધિનાં માણસો ગણશો નહિ. તેઓને તાલમબાજોથી કાંઇક ચડીઆતા વર્ગમાં મૂકો તો ભલે, પણ તેમને મહાબુદ્ધિના વર્ગમાં મૂકી શકાય નહિ. હવે બાકી તમો મહાબુદ્ધિનાં કેટલાં નામ ગણાવશો? જેમણે પોતાની અસાધારણ બુદ્ધિથી કોઇ મ્હોટો હુન્નર શોધી કાઢ્યો હોય, કોઇ મ્હોટી શાસ્ત્રીય શોધ કરી હોય, અથવા કોઇ ઉપયોગી ધંધામાં અસાધારણ શક્તિવડે નામના કાઢી હોય, એવા પુરૂષોને તમો બતાવશો? આ દેશમાં એવા પુરૂષો ઘણા થોડા પાકે છે, અને તેનું કારણ એક જ છે, તે એ કે, જન્મથી મહાબુદ્ધિના સંસ્કારો કેવી રીતે નાખવા તે વાત આપણે જાણતા નથી. હાલમાં તમારા દેશમાં તમે એક **ન્યૂટન** બતાવશો, એક **સુશ્રુત** બતાવશો, એક **કાળીદાસ** બતાવશો, એક **એડીસન** બતાવશો અને એક **ગ્લાડસ્ટન** બતાવશો? આ દેશમાં એવા મહાબુદ્ધિના પુરૂષો બહુ થોડા પાકે છે, તેનું કારણ

એ છે કે, જે રીતે બાળકો ઉત્પન્ન કરવાં જોઇએ તે રીતે ઉત્પન્ન કરવાનું ઉત્તમ જ્ઞાન આપણાં માબાપો ધરાવતાં નથી.

તમે કહેશો કે ગર્ભના સંસ્કારોથી કડીઆની સ્ત્રી કડીઆને જ જન્મ આપે છે અને મોચીની સ્ત્રી મોચીને જ જન્મ આપે છે. આ વાત ખરી છે. અનાયાસે અને અંધાધુંધીથી દરેક માબાપો તરફથી પોતાના ધંધાના જ્ઞાનનો વારસો પોતાનાં બાળકોને મળે છે; તથાપિ એક પણ માબાપ બુદ્ધિપૂર્વક—હું મારા બાળકને હુશિઆર કડીઓ કે મોચી બનાવીશ, એવા દૃઢ સંકલ્પોથી પોતાના બાળકમાં આ મહાબુદ્ધિના સંસ્કારો ગર્ભમાંથી નાખતાં નથી. જેવી અંધાધુંધીથી ગર્ભ રહી જાય છે તેવી જ અંધાધુંધીથી અંધાધુંધા ભરેલા ગુણદોષનો વારસો આપણાં બાળકોને મળતો રહે છે, પણ મહાબુદ્ધિના શાસ્ત્ર પ્રમાણે માબાપ તરફથી બાળકોને ઉત્તમ વારસો મળતો નથી, અને એ જ મ્હોટા સંતાપની વાત છે અને એજ આપણી દુર્દશાનું કારણ છે.

એક બ્રાહ્મણનો છોકરો કડીઆનું કામ જલદી નહિ શીખી શકે, પણ એક કડીઆનો છોકરો તે કામ જલદી શીખશે, કેમકે તેને વારસામાં જ એ ધંધાના થોડા થોડા સંસ્કારો મળેલા હોય છે. સુતારનાં ઓજારોનાં નામથી અને તેના ઉપયોગથી સુતારણ વાકેફ હોય છે, એટલુંજ નહિ પણ તેણે પોતાના ધણી પાસે બેસીને વારંવાર એ કામનો વિચાર કરેલો હોય છે, અને મદદ પણ કરેલી હોય છે. આવી એક સુતારણ સુતારકામના સંસ્કારોવાળા બાળકને જન્મ આપે એ સ્વાભાવિક છે, અને એનું જ નામ ગર્ભના સંસ્કારો છે. પણ જો માતાપિતા ભણેલાં હોય, કદિ ભણેલાં ન હોય પણ આ મહાબુદ્ધિના નિયમને સમજતાં હોય, અને ડાહ્યાં હોય, તો તેઓ પોતાના બાળકોમાં પોતાના ધંધાના વધારે પ્રબળ સંસ્કારો નાખી શકે, અને એટલા પ્રમાણમાં તે બાળકો તે ધંધામાં વધારે કુશળ નીવડે, એ જ આ સર્વ વાતનો સાર છે.

ગર્ભના સંસ્કારોની જબરી અસર છે. એ વાત દરેક માબાપે

અવશ્ય લક્ષમાં રાખવી જોઇએ. વ્યસનની સ્થૂળ વસ્તુઓના સંસ્કારો પણ સૂક્ષ્મ શરીરને લાગુ પડી જાય છે, અર્થાત્ દારૂ તેનાં પીનારાના શરીરને ભ્રષ્ટ કરે છે એટલું જ નહિ પણ તેની બુદ્ધિને અને તેની વૃત્તિઓને પણ ખરાબ કરે છે, અને એવી દારૂના વ્યસનની બુદ્ધિમાંથી તથા વૃત્તિમાંથી જે ગર્ભ રહે છે તે ગર્ભ પણ ગર્ભના સંસ્કારને લઇને મોટપણે દારૂનો વ્યસની બને છે! આવી રીતે માબાપે સેવેલ વ્યસનની વસ્તુ પણ સૂક્ષ્મ પરમાણુરૂપે બાળકની બુદ્ધિમાં સંચારને પામે છે, તો મન વચન કર્મથી જે જે વિચારોનું, જે જે વાતોનું અને જે જે કૃત્યોનું નિત્ય સેવન થયા કરતું હોય, તે તે વિચારોનો, તે તે વાતોનો, અને તે તે કૃત્યોનો, બાળકોને વારસો મળે એ ઉઘાડી જ વાત છે. નિત્ય યજમાનવૃત્તિ કરનારી, પડીઆ પત્રાળાં સાથે વાતો કરનારી અને લાડુની નિત્ય પાડ લેનારી એક બ્રાહ્મણીને પેટે લાડુભટ જ જન્મે; વેપારી, વહાણવટી કે બહાદુર સિપાઇ જન્મેજ નહિ!

ત્યારે, શું એક બાળક જન્મથી ચોક્સ ધંધાના કે હુન્નરકળાના સંસ્કારો સાથે જન્મે છે? હા, એ વાત ખરેખરી એમ જ છે! દુનિયાની ઘણીક સંભવિત વાતોનો વિચાર કર્યા વિના આપણે હસી કાઢીએ છીએ, અને તેથી તેવી ઉપયોગી વાતો આપણી અક્કલથી બહાર રહે છે. ગર્ભના સંસ્કારો વિષે જે જે વાતો આંહિ કહેવામાં આવે છે તે સર્વ ખરી છે. આ પ્રકરણને મથાળે ટાંકેલ વૈદ્યવર **વાગ્ભટ્ટ**ના વચનથી પણ એ વાત સિદ્ધ થાય છે. અવલોકન કરવાની આપણને ટેવ નથી; શક્તિ છે, પણ શક્તિનો ઉપયોગ નથી; જિજ્ઞાસા પણ નથી. આપણાં બાળકોના સ્વભાવમાં, ગુણદોષમાં, અને મનોવૃત્તિઓમાં તફાવત શા માટે હોય છે, તેનો તમે કદિ વિચાર કર્યો છે? તમે તમારી અવલોકન શકિતનો અને અક્કલનો ઉપયોગ કરો, એટલે આ ભેદનો પડદો જલ્દી ખુલ્લો થશે. તમારૂં એક બાળક ગાવામાં કુશળ અને ગમતી નીકળે છે, ત્યારે બીજું બાળક શુદ્ધ બોલી પણ નહિ શકે એવું મુંઢ, મૂર્ખ અને ઉદાસીન હોય છે, તેનું શું કારણ હશે? આ

કારણ શોધી કાઢવાનો તમે કદિ પ્રયાસ કર્યો છે ? તમે જરા બારીક પણે વિચાર કરી જોશો તો જાણી શકશો કે તમારાં બાળકોની પ્રકૃતિમાં, બુદ્ધિમાં તથા મનોવૃત્તિમાં માલમ પડતો આ તફાવત ગર્ભધારણ અને ગર્ભાવસ્થા એ બે સમય ઉપર તમારી પોતાની મનોવૃત્તિ કે મનની સ્થિતિના ફેરફારને આભારી છે. કોઇ દુઃખના કારણથી, દરદના કારણથી, ક્લેશના કારણથી, કે અતિ પ્રિય એવા કોઇ પુત્રપુત્રીના મરણના શોકના કારણથી તમો તથા તમારી સ્ત્રી અતિ ગમગીનીમાં હો અને તેવા સમયમાં ગર્ભ રહ્યો હોય તો તમારૂં તે બાળક તેવી પ્રકૃતિનું થાય છે અને તફાવતનું કારણ પણ આવું જ હોય છે. તમારાં બધાં બાળકોનાં રૂપરંગ, ગુણ અને સ્વભાવનો નકશો બનાવો અને તે દરેકના ગર્ભ સમયની તમારી સંસારી સ્થિતિ, શરીરની પ્રકૃતિ અને મનની વૃત્તિની નોટ તૈયાર કરો, અને પછી કહો કે અત્રે જે વાત કહેવામાં આવે છે તેની તમને તમારા પોતાના કુટુંબના ઇતિહાસ ઉપરથી ખાત્રી થાય છે કે નહિ ?

માબાપની મનોવૃત્તિ સર્વદા એક સરખી હોતી નથી. એક બાળકના ગર્ભાધાન સમય ઉપર સ્ત્રીએ પોતાના પતિને ચિત્રકામમા મદદ કરેલી હોય અને તે સંબંધી જ વિચારો કર્યા હોય તો તેનુ ભાવી બાળક સારો ચિત્રકાર થવાનો. એ જ સમયમાં જો તે સ્ત્રીની મનોવૃત્તિઓ ઉત્તમ કવિઓ અને તેમનાં કાવ્યો વિષે પ્રેરાયેલી રહે તો તેનું ભાવી બાળક એક સારો કવિ થાય, એમાં કાંઇ પણ આશ્ચર્ય નથી. ગર્ભાવસ્થામાં પતિની સાથે પ્રવાસ કરીને સૃષ્ટિ સૌંદર્ય નિહાળવાના સ્ત્રીને પ્રસંગો મળ્યા હોય, અને સ્ત્રીની મનોવૃત્તિ તથા વિચારો તે સૃષ્ટિસૌંદર્ય જોવામાં જ તલ્લીન રહેલી હોય તો તે ગર્ભનુ બાળક સૃષ્ટિસૌંદર્ય શાસ્ત્રનું શોખીલું-પ્રીતિ રાખનારૂં થાય, એ વાત ચોક્કસ છે. જયારે આ પ્રમાણે માતાની મનોવૃત્તિઓ બાળકોને અકસ્માત્ અને અનાયાસે વારસામાં મળી જાય છે, ત્યારે માબાપો બુદ્ધિપૂર્વક પોતાની પ્રબળ ઇચ્છાથી પોતાના ભાવી બાળકને ચોક્કસ

વિદ્યાકળામાં કે ધંધામાં પ્રવીણ બનાવવાનો નિશ્ચય કરે અને ગર્ભની તૈયારીમાં તથા ગર્ભાવસ્થાના નવ માસમાં તે જાતના સંસ્કારો નાખે તો તેઓ પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે મહાબુદ્ધિનાં કળાકુશળ બાળકો પેદા કરી શકે જ.

કોઇને એવી શંકા થશે કે "એક બાળકને ગર્ભમાંથી જ અમુક ધંધાનું શિક્ષણ આપવાનું તમો કહો છો, પણ તે ગર્ભમાંનું બાળક પુત્ર થશે કે પુત્રી થશે તેની શું ખાત્રી? જો પુત્રી થાય તો ધંધા સંબંધી ગર્ભના સંસ્કારની આ મહેનત નકામી જાય." આ શંકાનો ખુલાસો એ છે કે, ચોક્કસ નિયમો પાળવાથી ઇચ્છા પ્રમાણે પુત્ર કે ઇચ્છાં પ્રમાણે પુત્રી ઉત્પન્ન થઇ શકે છે. અને પુત્ર થશે કે પુત્રી થશે તે જાણવાની પણ વિદ્યા છે, અને તે સંબંધી પણ થોડો વિચાર આ પુસ્તકના એક પ્રકરણમાં કરવામાં આવ્યો છે. તથાપિ આ સંબંધી કોઇ ખાત્રીલાયક નિર્ણય કે શોધ ન થાય ત્યાં સુધી, ઇચ્છા પ્રમાણે પુત્ર થવાને બદલે કદિ પુત્રી થાય તો તેથી શું બગડી ગયું? જે બુદ્ધિપ્રભાવ પુત્રમાં આવવાનો તેજ બુદ્ધિપ્રભાવ પુત્રીમાં આવે તો અમારા અભિપ્રાય પ્રમાણે તો વળી વિશેષ સારૂં; કેમકે એ બુદ્ધિપ્રભાવવડે પુત્રી પણ પુત્રના જેટલી જ ઉપયોગી થઈ શકે છે, એટલું જ નહિ પણ એવા અસાધારણ બુદ્ધિપ્રભાવવાળી પુત્રી એવી જ બીજી અસાધારણ બુદ્ધિવાળી પ્રજાને જન્મ આપનારી થશે. કોઇ પણ વિદ્યાકળામાં કે ધંધામાં પુત્ર કરતાં પુત્રી ઓછી યશસ્વી કે ઓછી ફતેહમંદ થાય, એમ કહેવાય જ નહિ.

આ પ્રમાણે પુત્રો તેમ જ પુત્રીઓને માટે સંસારના દરેક કામમાં અને નાના મોટા સર્વ ધંધાઓમાં બુદ્ધિપ્રભાવની જરૂર છે, અને તે બુદ્ધિના સંસ્કારો કેળવણીની શાળાઓ કરતાં માતાના ગર્ભસ્થાનમાં વધારે દૃઢપણે અને વધારે સંગીન રીતે મળી શકે છે.

પ્રકરણ ૬ ઠું.

નીતિમાન્ અને ધાર્મિક સંતતિ.

वरमेको गुणी पुत्रो न च मूर्खशतैरपि ।
एकश्चंद्रस्तमो हन्ति न च तारागणैरपि ॥

"સો મૂર્ખ પુત્રો કરતાં એક ગુણવાન્ પુત્ર વધારે સારો; અસંખ્ય તારા અંધકારને દૂર કરી શકતા નથી, પણ ચંદ્ર એકલોજ તે અંધકારને હણે છે.

માણસમાં એક એક અસાધારણ શક્તિની કે અસાધારણ બુદ્ધિની બક્ષીસ હોવી જોઇએ, એટલું જ બસ નથી. એ અસાધારણ શક્તિની સાથે માણસમાં ધર્મ, નીતિ, અને સદાચરણ હોવાં જોઇએ, અને એ સદ્‌ગુણો પણ વારસામાં આપી શકાય છે. માતાપિતાએ પોતાના ભાવી બાળકમાં આવા ઉત્તમ સદ્‌ગુણોના સંસ્કારો અવશ્ય નાખવા જોઇએ. માણસમાં મોટી બુદ્ધિ હોય, મોટી શક્તિ હોય, પણ જો તેની સાથે ધર્મ અને નીતિ ન હોય તો તે માણસનો જન્મ વૃથા છે.

શુદ્ધ પ્રેમ, ભક્તિ, નીતિ અને સદાચરણ વગરના માણસમાં તેની બીજી અસાધારણ શક્તિ નકામી છે, એટલું જ નહિ પણ તે શક્તિ તેને પોતાને અને બીજાં મનુષ્યોને પીડાકારક થઇ પડે છે. સદાચાર અને નીતિ વગરનાં માણસો પોતાની શક્તિનો કેટલો બધો દુરૂપયોગ કરે છે, તે આપણાથી અજાણ્યું નથી. એક માણસમાં અસાધારણ વાક્ચાતુર્ય (eloquence) હોય, પણ જો તે માણસમાં નીતિ અને ધર્મના રૂડા સંસ્કારો ન પડ્યા હોય તો તેનું વાક્ચાતુર્ય જગતમાં મોટો અનર્થ કરી નાખે છે. તે માણસ પોતાની વાણીની ચતુરાઇવડે અન્ય લોકોને અનર્થોમાં દોરી જાય છે. એક માણસમાં અસાધારણ લડાયક બળ હોય છે, બીજામાં અસાધારણ

રાજનીતિ નિપુણતા હોય છે અને ત્રીજામાં અસાધારણ ધર્માભિમાન હોય છે, પણ એ બધા મહાન્ ગુણો નીતિબળના અભાવને લીધે મ્હોટા અનર્થો કરે છે, અને ઇતિહાસમાં એવા અનેક દાખલાઓ છે. **મહમદ** ગીજનવી, **તૈમૂર** અને **નાદીર** જેવા દ્રવ્યલોભી લોકોએ ન્યાયનો કે અન્યાયનો વિચાર કર્યો નથી. કામાંધ **રાવણે** સતી **સીતાનું** હરણ કરી જવામાં અને દુષ્ટ **દુર્યોધને** પાંડવોને દુઃખ દેવામાં નીતિનો વિચાર કર્યો નહોતો અને અપાર બળ છતાં તેમણે અંતે પોતાને હાથે પોતાની અને કુટુંબ પરિવારની પાયમાલી કરી હતી! **અલ્લાઉદ્દીન** અને **ઔરંગજેબ** જેવા રાજ્યલોભી બાદશાહોને હાથે કાંઇ ઓછો અનર્થ થયો નથી, અને નીતિબળ વિનાના ધર્માંધ ધર્મગુરૂઓએ આ દુનિયામાં જે ત્રાસદાયક કર્મો કરેલાં છે તે યાદ કરતાં કમકમાટી છુટે છે!

આ અને આવા બીજા પણ અનેક અસાધારણ શક્તિવાળા પુરૂષો થઇ ગયા છે, કે જેમણે પોતાને પ્રાપ્ત થયેલી શક્તિ અને સત્તાનો દુરૂપયોગ કર્યો છે; કેમકે તે પુરૂષોને તેમની માતાઓની કુખમાંથી માત્ર એ એક જ શિક્ષણ મળ્યું હતું, અને નીતિ, ન્યાય તથા મનુષ્ય પ્રેમનો તેમનામાં જોઇએ એવો વિકાસ થયો નહોતો. આ ઉપરથી એમ નક્કી થાય છે કે, એકલું શારીરિક બળ, એકલું શૌર્ય. એકલું સાહિત્ય જ્ઞાન, અને એકલું હુન્નરજ્ઞાન કાંઈ કામનું નથી. તેની સાથે નીતિ અને સદાચરણ, કે જે માણસની માણસાઇની સંપૂર્ણતા માટે અવશ્ય કરીને જરૂરના સદ્ગુણો છે, તેની ખરેખરી જરૂર છે. માટે મહાબુદ્ધિની પ્રજા ઉત્પન્ન કરવા માટે એકાદ અસાધારણ શક્તિ કે જ્ઞાન સાથે દરેક સંતતિમાં ધર્મબળના અને નીતિબળના શુદ્ધ સંસ્કારો જરૂર નાખવા જોઇએ; અને તે સંસ્કારો એક ફરજંદને ઉત્પન્ન કરવાની પૂર્વમાં તૈયારીમાં અને ગર્ભાવસ્થામાં માબાપો જેટલી દઢતાથી નાખી શકે એટલી દઢતાથી પાછળથી બીજી કોઇ પણ સ્થિતિમાં પડી શકતા નથી, જે વાત હવે પછીનાં પ્રકરણોથી સિદ્ધ થશે.

વાંચનારને સ્વાભાવિક શંકા થશે કે, પુત્ર કે પુત્રી માતાના ગર્ભસ્થાનમાં હોય ત્યાં તેનામાં સદાચારના સંસ્કારો શી રીતે નાખી શકાય? એક પુત્ર કે પુત્રી જન્મ સાથે સદાચારી, ગુણવાન, ભક્તિમાન્ શી રીતે હોઇ શકે? ઘણાક તો આ વાતને ગપાટા જેવી ગણીને હસી કાઢશે. પણ પ્રિય વાંચનાર! આ વાત ખોટી નથી પણ ખરી છે. પ્રજોત્પત્તિ સંબંધી શાસ્ત્ર અને માનસશાસ્ત્ર (Psychology) એમ કહે છે કે એક બાળક જન્મે ત્યાર પહેલાંથી જ તેનામાં સદાચારના કે દુરાચારના, ધર્મના કે અધર્મના, અને નીતિના કે અનીતિના સંસ્કારો પડી ચૂકેલા હોય છે. આ વિધાતાના અક્ષરો માતાના ગર્ભસ્થાનમાં જે લખાઇ ચૂકેલા હોય છે. જ્યારે એક બાળક કે બાળકી નઠારા સ્વભાવની કે દુરાચરણી નીવડે છે, ત્યારે માબાપોને એવું બોલવાની ટેવ પડેલી છે કે, જેવા એના વિધાતાના લેખ! વાત તો એમજ છે! બાળકમાં ખરેખર વિધાતાના જ લેખ પડી ચૂકે છે! પણ તે વિધાતા કોણ? એ વિધાતા તે બાળકની મા અને બીજું કોઇજ નહિ! એક બાળકના કપાળમાં સારા કે નઠારા લેખ લખનાર તેની માતા જ છે! વિધાતા કપાળમાં લેખ લખે છે, એમ બોલાય છે, તેનો તાત્પર્ય એમ હોવો જોઇએ કે કપાળ (ભેજું) એ જ સર્વ વિચારો અને વૃત્તિઓનું ઉત્પત્તિ સ્થાન છે. બાળકના સર્વ ગુણો—સારા કે નઠારા—એ ભેજામાં તૈયાર થાય છે, અને એ વિચારોનું અને વૃત્તિઓનું પોષણ કરનાર બાળકની માતા જ છે, બીજું કોઇ નથી! સદ્‌ગુણી માતાઓએ જ સદ્‌ગુણી બાળકો પેદા કર્યાં છે; દુર્ગુણી બાળકોને જન્મ આપનારી માતાઓ ગર્ભાવસ્થાના સમયમાં નઠારા વિચારો સેવનારી હોવી જોઇએ.

એમ કહેવાય છે કે કેળવણીથી બાળકો સારાં કેળવાય છે. શાળાઓમાં બાળકોને કેળવણી આપવામાં આવે છે, એ વાત ખરી છે, અને ત્યાં તેઓ ભણીગણીને હુશિયાર થાય છે, તેમની બુદ્ધિ ખીલે છે, અને મનની શક્તિ વધે છે. એ બધી વાત ખરી છે, પણ શાળાઓની કેળવણી કાંઈ પેલા વિધાતાના આંકડા ફેરવી શકતી નથી! જન્મતી

વખતે બાળકના ભેજામાં સારી કે નઠારી વૃત્તિઓ રૂપી જે કુદરતી આંકડા ચીતરાઈ ગયા હોય છે, તે ભુંસી નાખવાને હાલની કેળવણી સમર્થ નથી. કેળવણી માત્ર એ વિધતાના આંકડાઓને એટલે બાળકની સ્વાભાવિક વૃત્તિઓને ઓપ ચડાવી આપે છે. અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે એકજ સ્કૂલમાં અને એક જ શિક્ષાગુરૂ પાસેથી શીખેલા વિદ્યાર્થીઓમાંથી કેટલાક સારી બુદ્ધિના ને કેટલાક દુષ્ટાચરણી પણ નીવડે છે. જો કેળવણીથી જ બાળકોમાં સર્વ સારા સંસ્કારો પડી જતા હોય તો સાથે બેસીને શીખેલા વિદ્યાર્થીઓનાં આચરણોમાં અને વૃત્તિઓમાં આવો અંતર શા માટે હોય ? ખરી વાત તો એમ છે કે જન્મથી વારસામાં મળેલા સંસ્કારોને કેળવણી ભુંસી શકતી નથી એટલું જ નહિ પણ ઘણી વાર કેળવણીથી સ્વાભાવિક દુરાચારો ઉપર ઉલટો ઓપ ચડે છે. મસ્તકવિદ્યા વિષેનું શાસ્ત્ર (Phrenology) આ વાતની પુરેપુરી સાક્ષી આપે છે.

બાળકોને માબાપ તરફથી ઉત્તમમાં ઉત્તમ જે વારસો મળવો જોઇએ તે સદ્ગુણ સંબંધી વારસો છે. બીજા બધા વારસા—દ્રવ્ય, જમીન, ઘરબાર, વસ્ત્રાભૂષણ, વિદ્યાકળા, ઈત્યાદી બધી વસ્તુઓ સદ્ગુણની પાછળ છે. સદ્ગુણ હોય તો જ એ બધી વસ્તુઓ, એ બધો વારસો, શોભે છે. એક સુપુત્ર આખા કુળને તારે છે અને આખા દેશોનો ઉદ્ધાર કરે છે. એક ચંદ્રથી અંધકારનો નાશ થાય છે. સેંકડો તારાઓથી તે બનતું નથી. સો મૂર્ખ પુત્રો કરતાં એક સદ્ગુણી પુત્ર ઘણો વધારે સારો છે. જે પુત્ર વિદ્વાન્ તેમજ ધાર્મીક અથવા ભક્તિમાન્ ન હોય તે જન્મે તેથી શું ફળ છે* ? ઇશ્વરને માનનાર, ઇશ્વરથી ડરીને નીતિથી ચાલનાર, પાપથી દુર રહેનાર, અને ઇશ્વરની તથા ડાહ્યા પુરૂષોની આજ્ઞાને અનુસરી વર્તનાર પુત્ર ભક્તિવાન્ કહેવાય. નાહીધોઇ ટીલાં ખેંચનાર, ભસ્મ ચોળી ભક્તિનો ડોળ કરનાર, ભગવાં પહેરીને ભગત બનનાર, અને હાથમાં માળા લઇ વારંવાર રામનું નામ લેનાર,

---

* कोऽर्थः पुत्रेण जातेन यो न विद्वान धार्मिकः ॥

એવો ભક્તમાં ખપનાર પણ જો અનીતિને અને અસત્યને રસ્તે ચાલનારો હોય તો તે ભક્તિમાન્ નથી પણ પાખંડી છે, લુચ્ચો છે, ઠગ છે. વળી વિદ્વાન્ પદનો અર્થ બહુ ભણેલ અને ઘણી પરીક્ષાઓ પાસ કરીને ડીપ્લોમા મેળવેલ, એટલો જ નથી; એવા તો સેંકડો ઉજળાં વસ્ત્ર ભભકાદાર પોશાકમાં અને તાલમેલમાં ફરીને પોતાને વિદ્વાન્‌વર્ગમાં ખપાવે છે! જે કોઇ માણસ સત્ય વસ્તુને યથાર્થ સ્વરૂપમાં સમજી શકે, પોતાના કર્ત્તવ્યને અને પોતાની ફરજને સમજી શકે, અને ઇશ્વર પ્રત્યે તથા તેની સર્વ સૃષ્ટિ પ્રત્યે પોતાનો શું ધર્મ છે તે પણ સમજી શકે અને તે પ્રમાણે શુદ્ધ અંતઃકરણથી વર્ત્તે તેજ સાચો વિદ્વાન્ છે, તે જ ધાર્મિક છે, તે જ સદ્‌ગુણી છે, અને તે જ ખરો મનુષ્ય છે. માબાપો પોતાનાં પુત્રપુત્રીઓને રૂડાં રૂપાળાં, અને વળી ભણેલાં ગણેલાં, પાકાં, પાવરધાં બનેલાં જોઇને ભલે મલકાય, તથાપિ કહેવું પડશે કે જે માબાપો પોતાના સંતાનોમાં સદાચારના ઉત્તમ સંસ્કારો નહિ નાખવાની ગફલત કરે છે તેઓ પોતાની નાલાયક સંતતિવડે સમાજને ભ્રષ્ટ કરે છે!

વિવેકી વાંચનાર! સંતાનને માટે ઇચ્છા કરતા પહેલાં અને તે ઉત્પન્ન કરવાની પ્રવૃત્તિ કરતા પહેલાં તું તે કાર્યના મહત્વનો જરા વિચાર કરીશ? માબાપ થવામાં કેટલી બધી જવાબદારી છે તેનો તું ખ્યાલ તો કર! એક નવા જીવને ઉત્પન્ન કરવા તું તૈયાર થયો છે, પણ તે નવો જીવ શા માટે ઉત્પન્ન કરવો, અને કેવો ઉત્પન્ન કરવો. તે વિષે તેં જરા પણ વિચાર કર્યો છે? એક નવા જીવને ઉત્પન્ન કરવામાં તારા પોતાનામાં કેટલી લાયકાત છે; તેનો તેં કદિ ખ્યાલ પણ કર્યો છે? તેં બ્રહ્મચર્ય પાળ્યું છે? બ્રહ્મચર્યનું પ્રકરણ વાંચીને તું જોઇ શકીશ કે બ્રહ્મચર્ય પાળ્યા વિના માબાપો જે જે સંતાનો ઉત્પન્ન કરે છે તે ખરાબ ખસલતવાળાં અને દુરાચરણી થાય છે; કેમકે બ્રહ્મચર્ય નહિ પાળવું એ માબાપોની જીંદગીનો એક મ્હોટામાં મ્હોટો દુર્ગુણ છે, અને માબાપોના એ દુર્ગુણમાંથી બાળ-

કોને, પુત્રો તેમજ પુત્રીઓને, ખરાબ ગુણો વારસામાં મળે છે તથા એ વિષે જેટલું બોલવું હોય એટલું બોલી શકાય; માબાપોને આ અપરાધ માટે જેટલો ફિટકાર આપવો હોય એટલો આપી શકાય ! બાળક બચપણથી જ જૂઠું બોલતાં શીખે છે, બચપણથી જ ચોરી અને ચાડી કરતાં શીખે છે, બચપણથી જ ચીડીયું, ચોબીલું અને ક્રોધી બને છે. પુખ્ત ઉમરમાં આવ્યા પહેલાં જ તેનામાં સંસારની વાસનાઓ અને વીર્યની ચંચળતા બને છે ! છોકરો કાછડીછુટ થાય છે અને છોડી વ્યભિચારી સ્ત્રીઓને પડખે ચડી જાય છે ! જે સ્થિતિમાં અને જે ઉમ્મરમાં તમારાં પુત્રપુત્રીઓને સંસારની વાસનાનું સ્વપ્નું પણ નહિ હોવું જોઇએ તે ઉમરમાં તેઓ ભ્રષ્ટ થાય છે ! અને આ ભ્રષ્ટતા શાથી થાય છે ? માબાપોએ બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરેલો છે તેનું જ એ પરિણામ હોય છે ! માબાપોએ સ્વચ્છંદપણે અને ભ્રષ્ટપણે સંસાર ભોગવ્યો હોય છે તેનાં એ કડવાં ફળ છે !

શું તમે એમ માનો છો કે તમારૂં બાળક માત્ર તમારૂં શરીર લઇને જન્મે છે ? તમારા નાકની ડાંડી, ગાલનો ખાડો, આંખનો ચમકારો, ચાલનો લેંકો અને વાણીનો મરોડ, વગેરે તમારા બહારના સર્વ સ્થૂલ અવયવોનું અને તે અવયવોની વિલક્ષણ ગતિનું તમારાં બાળકોમાં આબેહુબ અવતરણ (transmission) થાય છે, તે શું તમો જોતા નથી ? એવી જ રીતે, તમારી અંદરની સૂક્ષ્મ મનોવૃત્તિઓ, વિચારો અને ગુણદોષોનું તમારાં બાળકોમાં અવતરણ થાય છે અને તે સર્વ ગર્ભના આરંભમાં જ રચાય છે.

આ પ્રમાણે માતાપિતાના શરીરની આકૃતિ જ નહિ પણ મનની સર્વ સારી કે માઠી વૃત્તિઓની માનસિક અસરો ગર્ભમાં ઉતરે છે અને એ વૃત્તિઓ જેટલી દૃઢ હોય છે એટલી જ દૃઢ અસર ગર્ભના ઉપર થાય છે. માતાપિતાના વિચારોની અસર લોહીમાં આમેજ જાય છે, એટલા માટે ગર્ભાધાનની તૈયારીના સમયમાં સ્ત્રી અને પુરૂષે મનવચનકર્મથી એકરૂપ અને એકતાન થવાની જરૂર છે; બે જુદાં

શરીર છતાં એક જ શરીર બનવું જોઇએ (એટલા માટે જ આર્ય લોકોએ સ્ત્રીને ' અર્ધાંગના ' નામ આપેલું છે) અને સર્વે ઐક્યનું બળ પોતાના ભાવી બાળકમાં ઉતારવું જોઇએ. તમારો પ્યાર, તમારો હર્ષ, તમારી ભક્તિ, તમારા મનની પવિત્રતા, તમારી વાણીની મધુરતા, તમારા વ્યવહારની પ્રમાણિકતા, તમારા મનની ઉચ્ચતા, ક્ષમા, દયા, અહિંસા, ધૈર્ય, હિમ્મત, ઉદારતા, ઇત્યાદિ, અરે ! તમારા સર્વે સદ્‌ગુણો અને તમારા શરીરની સુંદરતા તથા પવિત્રતા, એ સર્વેનો તમારા બાળકમાં ફોટો પડે છે. તમારૂં બાળક તમારા શરીરના તથા સર્વે વ્યાપારની પ્રતિમા બને છે; માટે આ સર્વ વાતો લક્ષમાં રાખીને એક બાળક ઉત્પન્ન કરવાના સમયમાં તમો તમારા સર્વ નઠારા વિચારો, નઠારી વાતો અને નઠારાં કૃત્યોને છોડી દો. માણસોએ નિરંતર ઉત્તમ વિચારો, ઉત્તમ વાતો અને ઉત્તમ કૃત્યો સેવવાં જોઇએ. પણ કદિ તમારાથી હમેશ તેમ ન બને તો, તમારાં બાળકોના ભલાની ખાતર, અરે છેવટ ખુદાની ખાતર, થોડા માસ તો તમો સદાચરણ પાળો, અને પછી જુવો કે તમો કેવાં પવિત્ર, નીતિમાન્ અને ધાર્મિક બાળકોને જન્મ આપી તમારા સમાજને અને આ સૃષ્ટિને દીપાવો છો !

પ્રકરણ ૭ મું.

મહાબુદ્ધિના નિયમ વિષે માબાપોનું અજ્ઞાન.

अंगादंगात्संभवसि हृदया दभिजायसे
आत्मा वै पुत्रनामासि संजीव शरदः शतं[1] ॥

—उपनिषद्—

" હે પુત્ર ! તું મારા પ્રત્યેક અંગમાંથી તૈયાર થાય છે અને મારા હ્રદયમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. તું પુત્ર નામથી નક્કી મારૂં સ્વરૂપ છે; તું સો વર્ષ જીવતો રહેજે."

અહો! માબાપો! આવું તમો ક્યારે બોલશો? ઉપનિષદના કાળમાં, આર્યોના સમયમાં, એક માતા આમ બોલતી હતી! કેમકે તે સમજતી હતી કે મારો પુત્ર મારા શરીરની, મારા હ્રદયની, અને મારા મનની પ્રતિમા (representation) રૂપે જ થવાનો છે. હાલની માતા આ વાત સમજે છે? હાલનો પિતા આ વાતનું રહસ્ય જાણે છે? શોક! આ વિષય ઉપર અજ્ઞાનનો પડદો ફરી વળ્યો છે! હાલનાં માબાપો આ વિષયમાં કેવળ અજ્ઞાન અને બેદરકાર પણ છે. તેઓ માતાપિતા તરીકે પોતાનો ધર્મ ભૂલ્યાં છે. " પુત્ર નામથી તું મારો આત્મા છે. " અરે, ભલા માણસ! પુત્ર ઉત્પન્ન કરવાને માટે ઉત્સુક બનેલા હે પિતા ! તું આ સૂત્રનું રહસ્ય કયારે સમજીશ ? તારો જે પુત્ર ઉત્પન્ન થવાનો છે તે તારા શરીરની અને હ્રદયની મુર્તિ થવાનો છે. તારા સર્વે ગુણ કે દોષ, સદ્દગુણ કે દુર્ગુણ, રૂપ કે કરૂપ, તેની તારો પુત્ર આબેહૂબ મૂર્તિ થવાનો છે. આ વાત તું સમજે છે? ઉપનિષદના સમયનો પિતા પુત્રને કહે છે કે, " તું સો શરદ્ઋતુ

---

૧. એજ અર્થનું એક આધુનિક ડૉકટરનું વચન :—Parents frequently live over again in their offspring.

સુધી–સો વર્ષ સુધી **સંજીવ** એટલે જીવજે, અરે એટલુંજ નહિ, પણ સારી રીતે–નિરોગીપણે જીવજે!" તે સમયનાં માબાપો પુત્રને સો વર્ષનું આયુષ્ય આપતાં હતાં. ક્યાંથી આપતાં હતાં? પોતાના આયુષ્યનો–પોતાના શરીરનો વારસો આપતાં હતાં. શાસ્ત્ર સાક્ષી આપે છે, હાલના વિદ્વાન શારીરશાસ્ત્રીઓ સાખ આપે છે અને માણસ જાતનો ઇતિહાસ સાખ પુરે છે કે તું જેવો હોઇશ તેવો તારો પુત્ર થશે, શરીરથી અને મનથી જ નહિ, પણ સદ્ગુણમાં કે દુર્ગુણમાં, એ સર્વ વાતમાં તારા જેવા થશે. જો તારો પુત્ર તારા જેવો થવાનો છે, તો ભૂમિતિના સ્વીકૃત સિદ્ધાન્ત પ્રમાણે જેવો પુત્ર તારે ઉત્પન્ન કરવો છે, એવું તારે પણ થવું નહિ? જેવું બાળક ઉત્પન્ન કરવું હોય, એવાં જ માબાપોએ પોતે પ્રથમ બનવું જોઇએ, એ આ વચનોનો સાર છે.

પોતાના બાળકોને ઉત્તમ બુદ્ધિમાન્, વિદ્વાન્, ધાર્મિક અને સદાચારી બનાવવા માટે કોણ નથી ઇચ્છતું? પોતાનાં પુત્રો પરાક્રમી થાય એવી ઇચ્છા ક્યા બાપને કે માને હોતી નથી? એક નિર્ધન કુટુંબની માતા પણ પોતાનો પુત્ર ભવિષ્યમાં સારૂં કમાવાવાળો તથા પૈસાવાળો થાય, એવું શું નથી ઇચ્છતી? દરેક માબાપ પોતાની જાત પ્રમાણે, ધંધા પ્રમાણે, અને સમજણ પ્રમાણે પોતાનો બાળક તે તે ધંધામાં સારૂં નામ કાઢે એવું ઇચ્છે છે. વિદ્યાના મહાત્મ્યને સમજવાવાળાં વિદ્વાન્ માબાપો પોતાના પુત્રને તેમ જ પુત્રીને ભણાવી ગણાવીને વિદ્વાન્ બનાવવાનો કોડ ધરાવે છે; એક લશ્કરી સુબેદાર પોતાના પુત્રને બહાદુર સીપાઇ બનાવવા ઇચ્છે છે; એક કડીઆની સ્ત્રી પોતાનો પુત્ર ઇમારતના કામમાં ઉત્તમ કારીગર અને મીસ્ત્રી થાય એવી ઇચ્છા ધરાવે છે અને એક મોચણ પોતાનો પુત્ર નમુનેદાર જોડા શીવનારો થાય એવું ચાહે છે. પુત્ર કે પુત્રીને માટે માબાપોને પોતપોતાની અભિરૂચિ પ્રમાણે ઇચ્છા થવી એ સ્વાભાવિક છે, અને એ સ્વાભાવિક ઇચ્છા પ્રમાણે આ બધાં કુટુંબનાં છોકરાં તે તે

કુટુંબના ધંધાના સંસ્કારો પ્રમાણે ને તે ધંધામાં અનાયાસે જોડાય છે. પણ આ ઇચ્છાને બુદ્ધિપૂર્વક અમલમાં શી રીતે મુકવી, સફળ શી રીતે કરવી અને પોતપોતાના ધંધામાં બાળકોને અસાધારણ બુદ્ધિનાં શી રીતે તૈયાર કરવાં, એ વાત હાલમાં ભાગ્યે જ કોઇ માબાપ જાણે છે, અને તેથી પુત્રો કે પુત્રીઓ માટે માબાપોના મનોરથો લેશ પણ પાર પડી શકતા નથી.

સંતાનો સારાં અને સુખી થાય, એવી ઇચ્છા તેમનાં માબાપોમાં સ્વાભાવિક હોય છે, અને તેની સાથે યોગ્ય પ્રયાસ કરવામાં આવે તો તે ઇચ્છા પાર પડી શકે છે. માણસોએ ઈચ્છાથી અને પ્રયાસથી મહાભારત કાર્યો કરેલાં છે. માણસોએ ઈચ્છાથી અને પ્રયાસથી રેલ્વે, તાર અને ટેલીફોન જેવા મહાન્ શોધો કર્યા છે, તથા માણસોની ઇચ્છાથી અને પ્રયાસથીજ વિકટ જંગલો, ઉંચા પર્વતો, અને ઉંડા મહાસાગરો વીંધાઇને રેલ્વે અને સ્ટીમરો વડે પૃથ્વી ઉપરના દૂરના છુટાછુટા ખંડો અને દેશો સંધાઇ ગયા છે અને તેમની વચ્ચે સીધો અને સરલ વ્યવહાર ચાલતો થયો છે. પ્રયાસથી મોટા અસાધ્ય મનાતા વ્યાધિઓ સાધ્ય થાય છે અને મરણની પથારીએ પડેલ માણસને ઉઠાવી શકાય છે; રસાયનશાસ્ત્રના અને વિજળીના અદ્ભુત શોધો આગ્રહ ભરેલા ઉદ્યોગથી અને પ્રયાસથી જ થયા છે; આ સર્વ વાતો કોણ નથી જાણતું? જો પ્રયાસથી આવાં મહાભારત અને અદ્ભુત કાર્યો પાર પડેલાં છે, તો આપણાં ભાવી સંતાનોને આપણી ઈચ્છા પ્રમાણે પેદા કરી શકીએ કે નહિ? તેમને ઉત્તમ બનાવવાનો આપણે પ્રયાસ કરીએ તો તેમ શા માટે નહિ બને?

પ્રયાસથી પશુઓની ઓલાદ અને ખેતીવાડીના પાકમાં સુધારો થઇ શકે છે, પ્રયાસથી ગાયો, બળદો અને ઘોડાના કેવડાને સુધારી શકાય છે, અને પ્રયાસથી ખારી જમીનને ફળદ્રુપ બનાવી તેમાં ઉત્તમ વૃક્ષો અને ઉત્તમ ફળોને ઉછેરવામાં આવે છે. આ બધી વાતો પ્રયાસ આગળ સાધ્ય છે, ત્યારે માણસજાતનો કેડવો સુધારવો અને સંતા

તિને ઇચ્છા પ્રમાણે ઉત્પન્ન કરવી, એ અસાધ્ય કે અશક્ય શી રીતે હોઇ શકે ?

પણ એ વિષયમાં આપણું લક્ષ ક્યાં છે? આપણો પ્રયાસ ક્યાં છે? ખેતરમાં ઉત્તમ બાજરી નિપજાવવા માટે ખેતરને સારી રીતે ખેડવામાં આવે છે, તેમાં ઉત્તમ ખાતર પુરાવવામાં આવે છે, પાણી પાવામાં આવે છે અને સારામાં સારૂં બીજ શોધીને તેમાં રોપવામાં આવે છે, એટલુંજ નહિ, તે બીજના છોડ ઉગ્યા પછી તેની આસપાસ ઉગેલ નિંદણુ કાઢવાની તજવીજ થાય છે. પાણીની ટાંચ હોય તો કૂવાનાં પાણી પાવામાં આવે છે, અને પશુપક્ષીઓના રંજાડથી પાકનું રક્ષણ કરવા માટે વાડ અને ચોકીથી પણ રાતદિવસ બંદોબસ્ત રાખવામાં આવે છે. આવી રીતે સ્ત્રીરૂપ ક્ષેત્ર અને પુરૂષરૂપ બીજમાં સુધારો કરવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવે તો તેમાંથી પણ એવી જ રીતે ઉત્તમ સંતતિ ઉત્પન્ન થઇ શકે, એમાં કાંઇ પણ સંદેહ હોવો જોઇએ? ક્ષેત્ર અને બી, અર્થાત્ સ્ત્રી અને પુરૂષમાં સારા સંસ્કારો નાખ્યા હોય અને તેઓ પોતે નિરોગી પવિત્ર અને સદાચારી હોય તો તેમની પ્રજા પણ એવી જ નિરોગી, પવિત્ર અને સદાચરણી શા માટે ન થઇ શકે ?

માણસો ઘોડાં, કૂતરાં અને બીલાડાં પાળે છે, એટલું જ નહિ પણ તે પશુઓની ઉત્તમ જાત અને ઉત્તમ રૂપરંગની પસંદગી કરીને તેમને તેવાં બનાવવાનો પ્રયાસ કરે છે. પૈસાપાત્ર લોકો બાગબગીચા અને બંગલા માટે નકશા તૈયાર કરે છે, ઉત્તમ સાહિત્યો એકઠાં કરે છે, અને ઉત્તમ કારીગરોને રોકે છે, એટલું જ નહિ, પણ બાગના એક ક્યારામાં કે તેની વાડમાં જરા વાંક હોય અથવા બંગલાની એક બારીમાં જરા ખામી હોય તો શેઠ સાહેબનું મન નારાજ થઇ જાય છે તથા મિજાજ જતો રહે છે! પણ પોતાના એક પુત્રને ખુંધ શાથી અને શા માટે નીકળી, બીજો દીકરો બેહેરો શા કારણથી થયો. અને ત્રીજી દીકરી મુંગી અને બોબડી, શા કારણથી થઇ, તેને માટે શેઠ સાહેબ વિચાર કરવાની તસ્દી લેતા નથી!

ઘોડાઓના એક શોખીન દરબારે કાઠીયાવાડથી કાઠિયેણ ઘોડીઓ લીધી. તે ઘોડીઓથી ઉત્તમ વછેરાઓ તૈયાર કરવા સારૂ તેની ચાકરી માટે ખાસ માણસો રોક્યાં તથા જાતે રોજ બે ત્રણ વાર તબેલામાં જઇ તે ઘોડીઓ ઉપર હાથફેરો કરતા, ઘણી જ ચાહના વડે તેને નિત્ય નિહાળતા અને આ ઘોડાઓમાંથી ઉત્તમ વછેરાઓ થશે, એવો નિત્ય વિચાર કરતા. આવી રીતે તે ઘોડીઓને પાળીને તેમાં ઉત્તમ બીજ નંખાવીને આ દરબાર સાહેબે ઘણા સરસ ઘોડા તૈયાર કર્યા! પણ દરબાર સાહેબનો જનાનો ઉજડ વેરાન જેવો હતો! ત્રણ રાણીમાંથી બે રાણીઓને તો એકે છોકરૂ થયું નહોતું. એક રાણીને છોકરો થયો. તેણે વ્યસન, વ્યભિચાર અને નઠારી સોબતમાં પડીને રાજ્યની પાયમાલી કરી! આ દરબાર સાહેબે જેટલી તબેલાના ઘોડાઓની તજવીજ કરી એટલી તજવીજથી અને એટલી જ પ્રીતિવડે તેમણે પોતાના જનાનાની કાળજી રાખી હોત તો નમુનેદાર રાજપુત્રોને પેદા કરી શકત કે નહિ? પણ જેવું લક્ષ પશુઓ ઉછેરવા તરફ છે એવું લક્ષ પુત્ર પુત્રીઓ ઉછેરવા તરફ નથી, એ વાતનો કોણ ઇનકાર કરી શકે છે?

અમારી નજીકમાં એક ગૃહસ્થ રહેતો હતો, તે પદાર્થવિદ્યામાં અને રસાયનશાસ્ત્રમાં બહુ પ્રવીણ હતો. તે જાતજાતના સુંદર રંગો બનાવતો અને અનેક પદાર્થોની મેળવણીઓ કરીને અનેક પ્રકારની સુંદર મનોહર ચીજો, સુશોભિત રમકડાં, અને સુગંધી પદાર્થો પણ બનાવતો. ઉત્તમ કારીગરીના પદાર્થો બનાવવામાં મશાલા કેવી રીતે તૈયાર કરવા તે કામમાં તેની બુદ્ધિ ઘણી જ ઝીણી હતી. પણ તેના પોતાના શરીરથી પોતાની સ્ત્રીમાં સુંદર અને મનોહર બાળકો પેદા કરવા માટે કેવો મશાલો તૈયાર કરવો, અને શું તજવીજ કરવી, તેનો કદિ વિચાર કરવાની પણ તેણે તકલીફ લીધી નહોતી! આવી બેદરકારીથી તેને જે છોકરાં થયાં તે તેની આ બધી કારીગરીને લજવે એવાં હતાં.

અમારા જાણીતા એક શેઠને ત્યાં ત્રણ ચાર મીલો હતી, તેમાં

એકાદ રૂ કાંતવાની મીલ હતી. તેઓ પોતાની આ મીલોમાં બારીક સુતર અને સફાઇદાર કપડાં બનાવવા માટે રાત દિવસ ઉદ્યોગ કરતા હતા. રૂ જાતે જોતા અને નમુનાઓ જાતે વીંખી વીંખીને રૂની પરીક્ષા અને પસંદગી કરતા. વળી બહુ જ ઝીણા તારવાળો કપાસ પેદા કરવા માટે તેમણે ખાસ અમેરિકાથી કપાસનું બી મંગાવ્યું અને તેમાંથી ઉગાડેલા કપાસનું ઘણું જ ઝીણું સુતર તૈયાર કરાવીને તે સુતરમાંથી બારીક કપડાં પોતાની મીલોમાં તૈયાર કરાવવા માંડયાં. પોતાની મીલનાં આવાં સુંદર સફાઇદાર કપડાં પોતાના મિત્રોને તે બતાવતા અને ઘણા જ ફુલાતા; પણ શેઠ સાહેબની બે સ્ત્રીઓમાંથી એકને છોકરૂં જ ન થયું અને બીજીને ત્રણ છોકરાં થયાં ખરાં, પણ તેમાંથી એક છોકરો બુડથલ, શરીરે જાડો અને બુદ્ધિનો બારદાન થયો! બીજો છોકરો તાણીકાઢેલ જેવો તકલાદી શરીરનો થયો અને ત્રીજી એક છોકરી ગાલાવેલી અને અરધી ગાંડી થઇ. કપાસના તાર તપાસવામાં શેઠને નિદ્રા પણ નહોતી આવતી અને કાપડ વણવાની મીલમાંથી જરા જાડો માલ નીકળતો કે તેના કારણનો તરત તપાસ કરતા; પરંતુ સ્ત્રીરૂપી જીવતા સંચામાંથી બેડોળ પુત્ર શા કારણથી થયો, તેની કલ્પના પણ શેઠ સાહેબના મનમાં આવી નહોતી! બીજો પુત્ર તકલાદી શરીરનો અને પુત્રી ગાંડી શા કારણથી થઇ તે બાબત શેઠે કદિ પણ તપાસ કે પરીક્ષા કરી નહોતી. પોતાની મીલમાંથી જાડું સુતર શા કારણથી નીકળ્યું તેનો શેઠ તરત જ તપાસ કરવા દોડી જતા, અને બારીક સુતર કાઢવાને માટે નિરંતર વિચારો અને ઉપાયો કરતા, પણ પોતાની સ્ત્રીરૂપી રસશાળામાંથી આવાં જુદાં જુદાં ઢંગનાં બાળકો કેમ પેદા થયાં, તેનું કારણ શોધી કાઢવાનું શેઠને સ્વપ્નું પણ આવ્યું નહોતું.

માણસો પોતાના ધંધા ઉદ્યોગ માટે આટલી બધી કાળજી, આટલી બધી માથાફોડ અને આટલી બધી મહેનત કરે છે; અને તે શા માટે? ઉત્તર એ જ મળવાનો કે પૈસો પેદા કરવા માટે અને તે પૈસા પોતાના વારસોને માટે, પોતાની ઓલાદને સારૂ, મૂકી જવા

માટે! પણ પોતાની ઓલાદ એ દ્રવ્યનો કે વૈભવનો ઉપયોગ કરવાને માટે લાયક થશે કે નહિ, તથા પોતાની ઓલાદ ઉત્તમ રીતે ચાલતી રહે તેને માટે કેવી સંતતિ મૂકી જવી અને તે સંતતિ કેવી રીતે તૈયાર કરવી તે વિષે તેઓ બીલકુલ કાળજી રાખતા નથી. માણસ જાતના ગૃહસ્થાશ્રમમાં સો મણ તેલે અંધારૂં જો કોઈ પણ બાબતમાં હોય તો તે અંધારૂં ગૃહસ્થાશ્રમના મૂળ પાયામાં જ છે! ઉત્તમ બાળકો કેવી રીતે ઉત્પન્ન કરવાં અને ગૃહસ્થાશ્રમ પેઢી દર પેઢી ઉત્તમ રીતે શી રીતે ચાલે તે સંબંધી જ્ઞાનમાં સો મણ શું પણ લાખો મણ તેલે અંધારૂં છે! ગૃહસ્થાશ્રમના સડેલા પાયા ઉપર માણસો મોટી મોટી હવેલીઓ—હવાઇ કિલ્લાઓ—બાંધે છે? લગ્નની ખુશાલીમાં મોટા મોટા વરઘોડા કાઢે છે અને નાતજાતને નોતરે છે! વહુને ગર્ભ રહે છે ને શ્રીમંત આવે છે ત્યારે ગાજતેવાજતે ઢોલ વગાડીને ઢંઢેરો પીટાવવામાં આવે છે! પણ ગર્ભમાં કુળને કલંક લગાડનાર છોકરો પેદા થશે કે કુસંપી અને કલેશી ઓલાદનો વેલો વધારનારી છોકરી પેદા થશે, તે તો માબાપની બલા જાણે! પુત્રનો પ્રસવ થાય છે ત્યારે પતાસાં વેંચાય છે અને વાજાં તથા ચોઘડીઆં વગડાવવામાં આવે છે અને હરખનો કાંઇ પાર રહેતો નથી, પરંતુ માબાપને માલમ હોતું નથી કે તેમની બેકાળજીથી, તેમની બેદરકારીથી, અને તેમના અઘોર અજ્ઞાનથી તેમણે એક એવા તો દુરાચારી કે પાપી પુત્રને જન્મ આપ્યો છે, કે જે પુત્ર માબાપને પોતાને તેમજ જનસમાજને મોટા કલેશનું અને સંતાપનું હથિયાર થઇ પડવાનો છે! જે પુત્રને માટે માબાપો ઘેલાં ઘેલાં અને ઓછાં ઓછાં થતાં હતાં અને કુલાઇ ફાળકો બનતાં હતાં તે પુત્ર માબાપનું જ કાળજું ફફડાવનારો અને માબાપોને દુઃખ દેનારો થઇ પડે છે!

માતાપિતાઓ! આ વિષયમાં તમારી મૂર્ખાઇની અને બેદરકારીની વાતો કહેતાં પાર આવે તેમ નથી! આ પુસ્તકનાં જુદાં જુદાં પ્રકરણોમાં આ બધી વાતોનો સાર આવી જાય છે, એટલે આંહી તેનું પિષ્ટપેષણ કરવાની જરૂર નથી. બ્રહ્મચર્યના પ્રકરણમાં કહેવામાં

આવશે, તે પ્રમાણે તમો બ્રહ્મચર્ય પાળો છો? અને બ્રહ્મચર્ય નહિ પાળનારાં અને પશુવૃત્તિથી સ્વચ્છંદપણે વર્તનારાં માબાપોનાં છોકરાં મહાબુદ્ધિનાં–અરે, મહાબુદ્ધિ તો દૂર રહી પણ–સામાન્ય બુદ્ધિનાં સદાચારી થાય, એવી તમો આશા રાખો છો? આ પ્રકરણમાં જે વાત કહેવામાં આવી છે, તે ખરી છે કે ખોટી, તે વાતનાં તમો જ સાક્ષી છો! ગૃહસ્થાશ્રમ માંડવાનું શું કારણ છે, તેનું શું મહાત્મ્ય છે, અને તેનું શું ફળ છે, તે તમો કે તમારૂં ઘર મંડાવનારાં તમારાં માબાપો કોઇ જાણો છો? પરણતી વખતે ગૃહસ્થાશ્રમની સફળતા વિષે કાંઇ વિચાર કરો છો? સંસારમાં પડયા પછી તમો હર્ષઘેલાં અને વિવ્હલ બનો છો, અને પરણ્યાં એટલે જાણે જગ જીત્યાં, એવું માનીને તમો બહુ મલકાઓ છો! અને કદિ પુત્ર–તમારે છોકરો–સાંપડે છે તો તો તમે છાપરે ચડો છો! પણ તેમાં શું શુક્રવાર થયો! પરણીને ઘરમાં સ્ત્રી લાવવામાં, તે સ્ત્રી સાથે સંસાર માંડવામાં અને ઘણાં કચ્ચાંબચ્ચાં વધારવામાં જ કાંઇ ગૃહસ્થાશ્રમની સફળતા થતી નથી! કૂતરાં, બીલાડાં, અને ભુંડણોને પણ બચ્ચાં તો થાય છે! પણ એવાં નમાલાં બચ્ચાં તમારૂં, તમારા કુળનું અને તમારા દેશનું શું ઉકાળશે, તેનો તમે કદિ વિચાર કરો છો? કદિ પણ નહિ!

વળી તમારૂં બચ્ચું મૂર્ખ કે માલ વગરનું કે દુરાચરણી થાય છે, તો તમો તેના ઉપર ખીજો છો, અને તેની એવી અપૂર્ણતાને માટે તમો તેને વારંવાર ધમકાવો છો! "આવો નઠારો છોકરો મારા ઘરમાં ક્યાંથી આવ્યો?" "જા તારૂં કાળું મોં કર!" "તું અમારે પેટે ન પડયો હોત તો શું ઉજડ વળવાનું હતું?" "તારા કરતાં પથરો જનમ્યો હોત તો તે પણ કામ આવત!" આવાં વચનો બોલીને તમો તેનો તિરસ્કાર કરો છો, અને તેને વધારે નફ્ટ બનાવો છો! પણ યાદ રાખો કે તેને જન્મ આપનાર તમો છો, અને તે જેવો છે તેવો પેદા કરવાવાળાં તમે જ છો! જે ધમકી તમે તમારા છોકરાને આપો છો તે ધમકીને પાત્ર તમે પોતે જ છો, કેમકે તમે જ તેને એવો નઠારો અને મૂર્ખ ઉત્પન્ન કર્યો છે!

એક નઠારા ફરજંદથી તમો આટલા બધા કાયર તથા દુઃખી થાઓ છો, તો એવાં હજારો અને લાખો નઠારાં ફરજંદથી પૃથ્વી માતા કેટલી કાયર અને દુઃખી થતી હશે, અને તેથી જગતમાં કેટલો બધો અનર્થ અને ત્રાસ થતો હશે, તેનો તમે કાંઇ વિચાર કરો છો? વળી એવા એક ફરજંદનો વંશ પણ એવો જ થાય છે, અને એ પ્રમાણે પેઢી દર પેઢી નઠારી ઓલાદ થતી જાય તો દુનિયાની શી સ્થિતિ થાય, તેની કાંઇ કલ્પના તમારા મનમાં થાય છે? અને તમારી આસપાસ તમો એથી વધારે કઇ સારી સ્થિતિ દેખો છો, તે મને કહેશો?

એક અમેરિકન વિદ્વાન ડાક્ટર પોતાના એક અંગ્રેજી લેખમાં જણાવે છે કે, બચ્ચાંની અસર પેઢી ઉતાર જારી રહે છે. એનો અર્થ એ છે કે, એક નઠારા જોડાંમાંથી (સ્ત્રી પુરૂષમાંથી) લાખો નઠારાં ફરજંદો પેદા થાય છે અને એક ભલાં જોડાંમાંથી લાખો ભલાં ફરજંદો પાકે છે. આ વિદ્વાને એવી પણ ગણત્રી કરેલી છે કે, ' સ્ત્રી પુરૂષના એક જોડામાંથી પાંચસો વર્ષમાં ૪૦ લાખ ફરજંદો પેદા થાય છે. બીજા શબ્દોમાં બોલીએ તો એક નઠારાં જોડાંમાંથી પાંચસો વર્ષે આ દુનિયાં ઉપર ૪૦ લાખ દુષ્ટોની સંખ્યા વધે છે. આ મ્હોટી ખરાબી અટકાવવી એ માબાપોના હાથમાં છે. પૃથ્વીને માબાપો નર્કનું સ્થાન બનાવે છે, અને માબાપો જ ધારે તો પૃથ્વીને સ્વર્ગનું ધામ બનાવી શકે; માબાપો ધારે તો પોતાના કુટુંબને સદા સુખ શાંતિનું સ્થળ બનાવી શકે, અને નહિ તો કુટુંબ મ્હોટા કલેશ અને કંકાસનું ઘણું ત્રાસદાયક સ્થળ થઇ પડે છે! પુરાવો આપણી દૃષ્ટિ આગળ જ છે! માબાપોના અજ્ઞાનથી અને બેદરકારીથી જ દુનિયાં ભ્રષ્ટ બની છે; અને ફરી જ્યારે માબાપો ઉત્તમ સંતાનોને ઉત્પન્ન કરવાના નિયમો પાળવા લાગશે, ત્યારે જ આ પૃથ્વી ઉપર ઉત્તમ મનુષ્યો પેદા થવા લાગશે, અને ત્યારે જ આ પૃથ્વી પ્રથમના જેવી સદાચારની, સુખની, અને શાંતિની સ્વર્ગીય ભૂમિ બનશે!

ભાગ ૩ જો—સંતતી માટે પૂર્વ તૈયારી.

પ્રકરણ ૮ મું.

લગ્ન-તેનો ઉદ્દેશ.

प्रजनार्थं स्त्रियः सृष्टाः संतानार्थं च मानवाः ॥—मनु—

" ગર્ભધારણ કરવા માટે સ્ત્રીઓને અને ગર્ભાધાન કરવા માટે પુરૂષોને ઉત્પન્ન કરેલ છે."

એક બાળકને સુદૃઢ, સુંદર અને સદાચારી બનાવવા માટે માબાપે અગાઉથી તજવીજ કરવી જોઇએ. ભણાવતી વખતે ? નહિ, તે પહેલાં. ત્યારે શું માતાના ખોળામાં ઉછેરતી વખતે ? નહિ, તેની પણ પહેલાં. ત્યારે શું બાળક જન્મતી વખતે ? નહિ, નહિ, તેથી પણ અગાઉ. ત્યારે ગર્ભાવસ્થામાં ! નહિ, તેથી પણ પહેલાં. ત્યારે શું ગર્ભાધાન સમયે ? નહિ, તેથી પણ વહેલી વહેલી એ સંબંધી તૈયારી થવી જોઈએ.

આ તૈયારી લગ્નના દિવસથી શરૂ થાય છે; લગ્ન વખતે જ આ વાતનો વિચાર કરવાની જરૂર છે. મનુ મહારાજ કહે છે કે સ્ત્રીઓ ગર્ભધારણને માટે અને પુરૂષો ગર્ભાધાન માટે ઉત્પન્ન થયેલ છે, અને એમ કહી મનુ મહારાજ ગર્ભિત રીતે એવી પણ સૂચના કરે છે કે, લગ્ન એ વિષયસુખ માટે નહિ, પણ સારી પ્રજા ઉત્પન્ન કરવા માટે કરવાં. જો લગ્નનો હેતુ સારી પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાનો છે, તો પરણનાર વરવધૂ લગ્નને માટે ઉમરથી, ગુણથી અને સ્વભાવથી લાયક છે કે નહિ, તેનો અવશ્ય વિચાર કરવો જોઇએ. તે બેમાંથી એક પણ રોગી હોય છે, તો તેની સંતતિ રોગી થાય છે. આ સિ-

વાય ઉમરથી અને ગુણુસ્વભાવથી કજોડાં થાય છે, તો તેવાં જોડાંઓનો સંસાર કંકાસ અને કુસંપથી ભરેલો થઇ પડે છે, અને એવા ક્લેશી અને કંકાસવાળા જોડાઓમાંથી જે સંતતિ ઉત્પન્ન થાય તે કદિ પણ સારી હોય નહિ, એ પ્રત્યક્ષ અનુભવની વાત છે. સ્વભાવ મળશે કે નહિ તે નક્કી કરવા માટે હિંદુ અને પારસી લોકોમાં વિવાહ કરતી વેળાએ વરનાં તથા કન્યાનાં ગોત્ર, ગ્રહ, રાશી, સ્વભાવ વગેરે મેળવવાનો રીવાજ છે, અને અંગ્રેજ લોકોમાં લગ્ન પહેલાં કેટલાક સમય સુધી પ્યાર કરવા (Wooing) નો ચાલ છે. વર કન્યાનાં ગુણુસ્વભાવ અને વયનો પ્રથમથીજ પૂર્ણ તપાસ કરીને લગ્ન કરવાં જોઈએ. ટુંકામાં કહેવાનું કે, લગ્ન એ કાંઇ થોડા સમય માટે કરેલો કરાર નથી, અથવા વિષયસુખનો સટ્ટો નથી, પણ મરણ પર્યંત સાથે રહીને સંસારમાં ઉત્તમ કાર્યો કરવા માટે તથા ઉત્તમ સંતતિ ઉત્પન્ન કરવા માટે સ્ત્રીપુરૂષ વચ્ચે કરવામાં આવતી ધર્મની પવિત્ર ક્રિયા છે, કે જે ક્રિયાવડે એકવાર મનવચનકર્મથી જોડાયેલ શરીરો જુદાં પડી શકે જ નહિ, અને જો જુદાં પડે તો તે ખરાં ધાર્મિક લગ્ન કહેવાય નહિ.

લગ્ન એ એક આવશ્યક ધર્મ અથવા ફરજ છે. યોગ્ય ઉમરે આવનાર સ્ત્રી તથા પુરૂષે લગ્ન કરવાં જ જોઇએ, એવી કુદરતની તથા સત્ય શાસ્ત્રોની આજ્ઞા છે. સંસારમાં પુરૂષ એકલો રહી શકે નહિ. સ્ત્રી વિનાનો પુરૂષ અરધો માણસ છે, અથવા અપંગ છે. ઘર એ ખરૂં ઘર નથી પણ ગૃહિણી (ઘરની સ્ત્રી) એ જ ઘર છે. ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મ પાળ્યા વિના પુરૂષાર્થ (ધર્મ, અર્થ, કામ) થઈ શકતો નથી, અને પુરૂષાર્થ વિના મોક્ષનો બીજો સીધો રસ્તો નથી.*

પશ્ચિમના સુધરેલા દેશોમાં જ્યાં સાંસારિક ખર્ચો અને વિવાહનાં કૃત્રિમ સાધનો નકામાં વધી પડયાં છે, ત્યાં કેટલાક પુરૂષો તે-

---

* न गृहं गृहमित्याहु र्गृहिणी गृह मुच्यते ।
तयाहि सहितः सर्वान्पुरुषार्थान्सश्नुमते ॥–मनु.

મજ સ્ત્રીઓ કુંવારી જીંદગીને પસંદ કરવા લાગ્યાં છે, કેમકે લગ્ન કરવાથી સ્ત્રીનું તથા છોકરાંનું પોષણ કરવું પડે. આવી રીતે તેઓ એક અગત્યની જવાબદારીથી ડરીને સ્વચ્છંદપણે વર્ત્તે છે, આવા વિચારનો માણસ સ્વાર્થી હોવો જોઇએ, કેમકે તે પોતે એકલો સુખચેનબાજી ઉડાવવાને ઇચ્છે છે. ખરૂં જોતાં, આવો લબાડ માણસ સંસારના સાચા સુખને મેળવી શકતો નથી. જે સ્વાર્થી માણસ સ્ત્રી પુત્રાદિકને પણ વિઘ્નરૂપ ગણે છે; તે સ્વાર્થ લંપટ માણસ સમાજનાં અન્ય મનુષ્યોને શું સહાયતા કરે ? હિંદુ ધર્મશાસ્ત્રકારોએ ગૃહસ્થાશ્રમને બીજા સર્વ આશ્રમો (સંસારની જુદી જુદી સ્થિતિ) કરતાં વધારે શ્રેષ્ટ માનેલ છે અને લગ્ન એ ગૃહસ્થાશ્રમનો પાયો છે. લગ્ન કર્યા પછી જ અને ગૃહસ્થાશ્રમમાં પડયા પછી જ માણસ માણસાઇમાં આવી શકે છે.

ગૃહસ્થાશ્રમમાં કયાંઇ કયાંઇ સ્ત્રીપુરૂષ વચ્ચે કે માબાપ અને છોકરાં વચ્ચે જે બેબનાવ અને કલેશ જોવામાં આવે છે, તે અયોગ્ય સ્વાર્થી લગ્નનું પરિણામ છે; એટલું જ નહિ પણ હાલમાં મોટે ભાગે શાસ્ત્ર વિરૂદ્ધ અને નીતિ વિરૂદ્ધ લગ્નો થાય છે, તેમાંથી આ બધો કલેશ ઉત્પન્ન થાય છે. વિવાહનો જે ઉદ્દેશ ઘણો ઉત્તમ હોવો જોઇએ, તે ઉદ્દેશ કાળે કરીને ઘણો ગૈાણ અને હલકા પ્રકારનો થયો છે, અને ગૃહસ્થાશ્રમી લોકોના મોટા વર્ગે લગ્નના પવિત્ર કાર્યમાં સંસાર વ્યવહારના હલકા હેતુઓને તથા સ્વાર્થોને ભેળવી દીધા છે. દ્રવ્યની લાલચ, નોકરીની લાલચ, કીર્તિ કુળાભિમાન, વગ વસીલાનો લોભ, વિષયવાસના, રૂપનો મોહ, ઇત્યાદિ સ્વાર્થી હેતુઓ લગ્નની પવિત્રતાને ભ્રષ્ટ કરે છે; અને તેથી એવાં સ્વાર્થી લગ્નો ખરા સુખને, આરોગ્ય પ્રાપ્તિને તથા દીર્ઘ આયુષ્યને પ્રતિબાધક થઇ પડે છે, અને આવાં હલકા પ્રકારનાં લગ્નોમાંથી પ્રજા સારી થાય એવી આશા કદિ પણ રાખી શકાય નહિ.

આ દેશમાં પુત્રપુત્રીઓના વિવાહ કરવાનું કામ માબાપોના હા-

થમાં છે. માબાપ હયાત ન હોય, અથવા પુત્ર મોટી ઉમરનો અને સ્વતંત્ર હોય તો ક્વચિત્ ક્વચિત્ તે પોતાને માટે પોતાની સ્વતંત્રતાથી વિવાહ કરી લે છે, તથાપિ મોટે ભાગે તો પુત્રપુત્રીઓના વિવાહનો કારભાર માબાપો કે વાલીવારસોના હાથમાં છે, અને પુત્રીઓ તો છેક પરાધીન છે. પ્રથમ કહ્યા પ્રમાણે પશ્ચિમમાં પ્રીતિલગ્નો થાય છે, અને તેમાં કાંઇક સમજપૂર્વક લગ્ન થાય છે. તથાપિ કહેવું જોઇએ કે ત્યાં પણ મોટે ભાગે લગ્નનો ઉદ્દેશ સ્વાર્થી હોય છે અને તેથી એ પ્રીતિલગ્નો પણ વારંવાર નિષ્ફળ જાય છે. ત્યાંના જુવાનો ધનનો વારસો મેળવવાના ધનલોભથી કે સ્ત્રીના બહારના રૂપના મોહથી લગ્ન કરે છે, બહારના ગુણોથી મોહ પામવાથી જે લગ્નો થાય છે, તે પાછળથી નિષ્ફળ નિવડે છે, અને વારંવાર છુટાછેડાના કેસો કોર્ટમાં નોંધાય છે. ખરૂં જોતાં આ પ્રીતિલગ્નો નહિ પણ વિષયલગ્નો કહેવાય. વળી જુવાન છોકરા તથા છોડીઓને દુનિયાદારીનો અનુભવ હોતો નથી, અને સારાસાર વિચાર કરવાની પાકી બુદ્ધિ હોતી નથી, તેથી પોતાને માટે પોતાને હાથે જીંદગીનો ભાગીદાર કે જીંદગીની ભાગીયેણ શોધી કાઢવામાં ભૂલ થવાનો સંભવ છે. આવાં અપૂર્ણ પ્રીતિલગ્નો કરતાં આપણાં હિંદી માબાપો, જો પોતાના સ્વાર્થ ભરેલા વિચારો બાજુપર રાખે તો, પોતાનાં પુત્રપુત્રીઓ માટે જે વિવાહ મેળવે તે વધારે સફળ નીવડે.

પુત્રો અને પુત્રીઓ પોતાની સ્વતંત્રતાથી પસંદગી કરીને પ્રીતિલગ્નો કરે તે ઉત્તમ, કે સંસારનાં અનુભવી માબાપો એમને માટે યોગ્ય જોડ મેળવી આપે તે ઉત્તમ, એ એક વિવાદિત વિષય છે ખરો, તથાપિ આપણી હાલની સાંસારિક સ્થિતિ જોતાં આપણો સંસાર પ્રીતિલગ્નનોને માટે બીલકુલ બંધબેસતો નથી. અને તેથી વિવાહનું કામ માબાપોના હાથમાં છે, તે જ વધારે સારૂં છે, પણ સંતાપની વાત એટલી જ છે કે, પુત્રપુત્રીઓના વિવાહ કરવામાં માબાપો વારંવાર પોતાની સમવડ અને પોતાના સ્વાર્થોને વચમાં લાવીને વિવાહના

ઉત્તમ ઉદ્દેશને નિષ્ફળ કરે છે. ઘણી જ નાની નાની અને નજીવી સગવડો સાચવવામાં જ તેઓ લગ્નના ઉત્તમ હેતુ ઉપર પાણી ફેરવી દે છે ! કન્યાવિક્રય કરનારાં મૂર્ખ અને દુષ્ટ માબાપો પોતાની પુત્રીઓને ધનના લોભથી દુઃખના દરીઆમાં ઝીંપલાવી દે છે ! આવા અધમ વિવાહને બાજુ ઉપર મૂકીએ, તોપણ આપણાં સમજુ માબાપોનો પણ ઘણો મોટો ભાગ પોતાનાં બાળકોનાં લગ્ન કરવામાં લગ્નના મુખ્ય ઉદ્દેશને અને બાળકોના ભવિષ્યના સુખને ભૂલી જઇ સંસારની બીજી લાલચો, સગવડો, અને માનમોટાઇ તરફ ખેંચાઈ જાય છે. આપણાં કુટુંબોમાં સાત આઠ વરસની દીકરી થઇ એટલે તેને માટે ઘરમાં જે વિચારો ચાલી રહે છે અને વિવાહ મેળવી લેવાની, મુરતીઓ ઝડપી લેવાની અને લગ્નની જે અવિચારી દોડ થાય છે, તેનો ખ્યાલ આપવા માટે એક ચિત્ર નીચે આપ્યુ છે:—

એક સ્ત્રી પોતાના ધણીને ઘરમાં કામ કરતી કરતી કહે છે:— "સાંભળો છો કે? પેલા રાજામેતાની પોળવાળા મોતીરામભટ્ટ કાલે રંડાયા તે તો જાણ્યું ના ? આપણી મણીને માટે એના જેવું રૂડું ઠેકાણું બીજું કયું મળવાનું હતું ? મુરતીઆમાં (ત્રીજીવાર પરણનાર પચાસ કે સાઠ વરસનો ડોસો તે પણ મુરતીઓ !) કાંઇ ભુલ જેવું નથી. જજમાનવૃત્તિ અને લુંટણ સુધી રોટલો ! આપણાં છોકરાંને પણ ઓથ; પાછળથી કાંઇ રોટલાની ચિંતા ? જાઓ, હમણાં જ વિવાહ કરી આવો. વહેલા મોડો ભાર ઉતારવો છે ના; દીકરીનો ભારો, બા, મને તો નિરાંતે ઉંઘ પણ આવતી નથી. મણીને આઠ વરસ તો થયાં, ઉકરડીને વધતાં શી વાર ! ચાર હાથ ભેગા થાય અને સાસરીમાં જાય એટલે જાણે જગ જીત્યાં ! વળી ઓણ લગ્નગાળો છે, વરસ સોંઘારતનું છે, તમારે પાછું નોકરીએ જવું છે અને હમણાં બધી અનુકુળતા છે, માટે આજને આજ વિવાહ કરો આવો. લગન ને લાપશી પણ ભેગાં વળી તેનો ઉધારો શો ? અખાત્રીજનું વગર પુછ્યું મુરત ! ચુડલો ને પાનેતર લાવો એટલે હું મારે ચાર

પાપડ ને ચાર વડી કાલે મૂકી દઉં છું!" નારણશંકર દવે કાંઇ બૈરાંથી ઉતરે એવા નહોતા. તેઓ તરતજ પાઘડી માથામાં ઘાલી દોડયા અને મણીના વિવાહ કરી આવ્યા! પાંચમે દહાડે અખાત્રીજ અને લગ્ન પણ થયાં!

દરેક હિંદુ કુટુંબમાં વિવાહ સંબંધી આવી વાત અને આવી સમજણ છે. ઉંચું કુળ, ઘુંટણ સુધી રોટલો, અને પોતાની સગવડ! દીકરી કરતાં મુરતીઓ ગમે તો બે વરસે નાનો હોય કે ચાર પાંચગણી ઉંમરનો ડોસો હોય, અથવા કુલિનપણાના ગર્વમાં વહુને એક લુંડી જેવી સમજીને તેની સાથે અધમતાથી વર્તનારો હોય, તોપણ ઉંચું કુળ! અને એ કુળમાં દીકરી દેવાથી નાતજાતમાં આબરૂ ગણાય! અવિચારી માબાપોનો આ એક નીચ સ્વાર્થ! જમાઇ પૈસાવાળો હોય અથવા યજમાનવૃત્તિવાળો અને નિત્ય લાડુ જમાડે એવો હોય, તથા જમાઇ મરી ગયા પછી દીકરી પાછી આવીને પોતાને માથે ન પડે, એ બીજો નીચ સ્વાર્થ! લગ્નગાળામાં ખર્ચ ઓછું થાય, એ ત્રીજો નીચ સ્વાર્થ! અને નોકરી-ધંધામાં નુકસાન ન લાગે એવી અનુકુળતા જોઇને દીકરીને ગમે ત્યાં ઉતાવળ કરીને ઉતારી દેવી, એ ચોથો નીચ સ્વાર્થ! બીજા નાના નાના સ્વાર્થ તો અનેક હોય છે. આપણા હિંદુ લોકોની પુત્રીઓનાં લગ્નના આ ઉદ્દેશ છે! આવા વિવાહને વિવાહ, કન્યાદાન, કે પાણીગ્રહણ (પ્રતિગ્રહ) એવાં ઉંચાં નામ આપવા યોગ્ય છે? હાલ લગ્નો સર્વત્ર ફારસરૂપે થાય છે અને પુત્રીઓ તથા પુત્રોના ભવિષ્યના ખરા સુખનો બહુ જ થોડો વિચાર થાય છે.

આપણા ધંધામાં આપણે નફા ટોટાનો પાઇએ પાઇનો હિસાબ કરીને ધંધો કરીએ છીએ; સંસાર વ્યવહારની એક નજીવી વાતમાં સો ગળણે ગળીને આગળ પગલું ભરીએ છીએ; ત્યારે દીકરા દીકરીના વિવાહ જેવા ઘણા જ જોખમી અને ગંભીર કાર્યમાં અંધપરંપરાથી આંખો મીંચીને ઉતાવળ કરી વેઠ કાઢયા જેવું કામ કરીએ, તે કેટલી

બધી મૂર્ખતા ગણાય ! વરકન્યા ઉમરથી, શરીરની તન્દુરસ્તીથી, રૂપથી, અને ગુણસ્વભાવથી લાયક છે કે નહિ, તેઓ પરસ્પર પ્રેમ રાખનારાં થશે કે નહિ, અને જમાઈ દીકરીને સર્વ રીતે સુખસંતોષ આપશે કે નહિ, તે બાબતોનો ઘણાંક માબાપો પૂર્ણ વિચાર કરતાં નથી. દીકરી સ્વભાવે ગરીબ ગાય જેવી હોય તેને કંકાસવાળાં કુટુંબમાં એક ક્રોધી કે વ્યસની ગાંજાઇના હાથમાં–ખરૂં બોલીએ તો કસાઈના હાથમાં–સોંપીએ છીએ ! કન્યા દેવકન્યા સરખી રૂપાળી હોય તેને એક ખુડ-થલ કે વરવા વર સાથે વળગાડી દઇએ છીએ ! કન્યા નિરોગી હોય તેને એક રોગી વર સાથે વરાવીએ છીએ ! કન્યા દશ વરસની હોય ત્યારે વર કાંતો આઠ વરસનો હોય કે કાંતો ચાલીસ પચાસ કે સાઠ વરસનો બીજવર કે ત્રીજવર હોય ! અથવા જે વર સર્વ રીતે લાયક હોય તેના નશીબમાં અયોગ્ય એવી કન્યા, કુલિન ઘરની છે માટે, ચોંટાડીને તેની જીંદગીને ખરાબ કરીએ છીએ ! ઉમરનું કજોડું, રૂપનું કજોડું, ગુણસ્વભાવનું કજોડું અને શરીરની તન્દુરસ્તીનું પણ કજોડું ! કહો, આવાં લગ્નમાં ક્યાંઈ પ્રેમનો સંભવ છે ? અને ખરા પ્રેમવિના લગ્ન ક્યાંઇ સફળ થયાં સાંભળ્યાં છે ? અને પ્રેમી દંપતી વિના સુંદર સદાચારી અને સુદૃઢ બાળકો થાય એવી આશા રાખવી વ્યર્થ છે ! લગ્નમાં જે ખરો પ્રેમ એ જ મુખ્ય ઉદ્દેશ હોવો જોઇએ. તે પ્રેમ આડું તો પ્રથમથી જ તાળું મારો છો ! દરીઆના ખારા પાણીથી કે ખારી જમીનમાં સારાં વૃક્ષો કે સુંદર ફળો ઉત્પન્ન થયાં જાણ્યાં છે ? અપ્રીતિ તથા અણુરાગથી ભરેલા ખારાઝેર સંસારમાંથી ખરાં પ્રેમી અને ભક્તિમાન્ સંતાનો થવાનો સંભવ જ નથી ! અહો ! માબાપો, તમારા પુત્રો, તથા પુત્રીઓના વિવાહ તથા લગ્નનો કાર-ભાર ભલે તમારા હાથમાં રહો, પણ તમે એ કારભારમાં તમારા સ્વાર્થોને કે તમારી સગવડોને ભેળવીને તમે તેમને દુઃખના ઉંડા કુવામાં ઉતારો છો, એવું નહિ કરો ! તમારી દીકરીના કે તમારા દીકરાના વિવાહ કરતાં પહેલાં તમે એ વાતને સો ગળણે નહિ પણ હજાર ગળણે ગળો. પ્રથમથી જ તમારે હાથે તેમનાં નશીબ ફોડી

નાખીને પછી તમે નશીબને સ્વાધીન કરો છો અને દીકરી રોતી રોતી આવે ત્યારે તમે નશીબના ઉપર દોષ મૂકો છો ! અહો, હિંદુ માબાપો, તમે અનુકરણની અને દેખાદેખીની અંધપરંપરા રૂઢીના ઉપાસક બનીને સંસારનું અને ગૃહસ્થાશ્રમનું સત્યાનાશ ક્યાં સુધી વાળ્યા કરશો ! નામદાર સરકારે અને પૃથ્વીની બીજી પ્રજાઓએ પોતાની શહેનશહાતોમાંથી ગુલામગીરીનો ધંધો બંધ કર્યો; પણ ઘણાંક હિંદુ કુટુંબોમાં એ કસાઇનો ધંધો હજુ ચાલુ જ છે ! પોતાના સ્વાર્થો માટે દીકરીને ગમે ત્યાં હડસેલી કાઢવી, એ લગ્ન નથી પણ કસાઈ-વાડે ગાય બાંધવા જેવો ધંધો છે ! એ વિવાહ નથી પણ ગુલામગી-રીનો ધંધો છે ! આવા કસાઈના ધંધામાં સારી સંતતિનો સંભવ જ ક્યાં છે ?

આ પ્રમાણે સારી સંતતિ માટે તૈયારી તો લગ્નથી જ થવી જોઇએ, લગ્નનો ઉદ્દેશ ઘણો ઉત્તમ રાખવો જોઇએ. લગ્ન એ જ ગૃહ-સ્થાશ્રમરૂપી ઇમારતનો પાયો છે. આ લગ્નરૂપી પાયામાં પ્રેમરૂપી પુરણી (cement) ભરવી જોઇએ. આ પ્રેમરૂપી સીમેંટથી દૃઢ કરેલ પાયા ઉપર બાંધેલો ઘરસંસાર ઘણો જ પવિત્ર અને ઘણો જ નિર્મળ બને છે, અને સંતતિ પણ એવી જ થાય છે. તમો તમારાં છોકરાંમાં પાછાં જન્મ લો છો અને તમારાં છોકરાંમાં તમે તમારૂં જ સ્વરૂપ દેખો છો. તમારાં છોકરાંનું હૃદય તમારા મનની ગુપ્ત વાતનું નિર્ભય કોઠાર (store house) બને છે. તેઓ જો પ્રેમી હોય છે તો તમારી વૃદ્ધાવસ્થામાં આધારભૂત બને છે. જે પ્યારનું જીભથી કે કલમથી પણ વર્ણન ન થઈ શકે તેવા પ્યારથી તેઓ તમને જે સુખ આપે છે તે પણ અવર્ણનીય હોય છે. પણ એવાં પ્રેમી સંતાનો પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારે પોતે પ્રેમી બનવું જોઇએ અને અંગેઅંગથી તમારામાં એકરૂપ થાય એવી તમારા જેવી જ પ્રેમી સ્ત્રી સાથે વિવાહ કરવો જોઇએ અને માબાપોએ પોતાની પુત્રીઓ માટે એવા જ પ્રેમી ભરથારોની પસંદગી કરવી જોઇએ.

પ્રકરણુ ૯ મું.

વિવાહના પ્રકારો.

अनिन्दितैः स्त्रीविवाहै रानिंद्या भवति प्रजा।
निन्दितै र्निन्दिता नृणां तस्मान्निन्द्यान्विवर्जयेत् ॥–मनु.

ઉત્તમ વિવાહથી ઉત્તમ પ્રજા ઉત્પન્ન થાય છે અને અધમ વિવાહથી અધમ પ્રજા થાય છે. માટે નિન્દિત વિવાહ કરવા નહિ.

વિવાહ અને લગ્નની રીતો ઉપરથી ગૃહસ્થાશ્રમની સ્થિતિનું માપ થાય છે. માટે દુનિયામાં વિવાહના જે પ્રકારો અગાઉ ચાલતા હતા અને હાલ ચાલે છે, તેનું સંક્ષિપ્ત વર્ણન આ પ્રકરણમાં અપ્રસ્તુત નહિ ગણાય.

આર્ય લોકોના કાયદા બાંધનાર મનુના સમયમાં વિવાહના આઠ પ્રકારો ચાલતા હતા. 'મનુસ્મૃતિ' નામના આર્ય લોકોના માનવ-ધર્મશાસ્ત્રમાં તેનું વર્ણન નીચે પ્રમાણે જોવામાં આવે છે:[1]

૧. શાસ્ત્રસંપન્ન તથા સદાચારી વરને બોલાવીને તથા વરને તથા કન્યાને સુંદર વસ્ત્રોથી અને ઘરેણાંથી સત્કાર કરીને કન્યાનું વરને દાન આપવું, તે 'બ્રાહ્મ' વિવાહ છે.

૨. યજ્ઞમાં યજ્ઞકર્મ કરાવનાર બ્રાહ્મણને તેના કર્મના બદલામાં આભૂષણોથી શણગારેલી કન્યાનું દાન કરવું, તે 'દૈવ' વિવાહ છે.

૩. એક ગાય અને એક બળદ અથવા બે ગાય અને બે બળદ વરની પાસેથી લઇને વિધિ પ્રમાણે કન્યાદાન કરવામાં આવતું, તેને 'આર્ષ' વિવાહ કહેતા હતા.

१: ब्राह्मो दैवस्तथैवार्षः प्राजापत्यस्तथाऽऽसुरः ।
गांधर्वो राक्षसश्चैव पैशाच श्चाष्टमोऽधमः ॥—मनु.

બ્રાહ્મ, દૈવ, આર્ષ, પ્રાજાપત્ય, આસુર, ગાંધર્વ, રાક્ષસ, અને અધમ પૈશાચ.

૪. વર તથા કન્યાની પૂજા કરીને 'તમે બન્ને સાથે રહીને ધર્માચરણ કરો,' એવાં વચનો કહીને વરને કન્યાનું દાન કરવામાં આવતું હતું, તેને '**પ્રાજાપત્ય**' વિવાહ નામ આપવામાં આવેલું.

૫. કન્યાનાં માબાપ શાસ્ત્ર કે ધર્મ મર્યાદા વિના ઇચ્છા પ્રમાણે વર પાસેથી કે વરનાં સગાં પાસેથી ધન લઇને તથા કન્યાને માટે પણ વરની શક્તિ પ્રમાણે પલ્લું (સ્ત્રીધન) લઇને કન્યાને પરણાવતા તેને '**આસુર**' વિવાહ કહેલો છે.

૬. વર તથા કન્યા પોતાની ઇચ્છાથી એક બીજાને પસંદ કરીને પરણતાં તેને '**ગાંધર્વ**' વિવાહ કહેલ છે.

૭. કન્યાના સંબંધીઓને મારી નાખીને રોતી કકળતી કન્યાનું બળાત્કારે હરણ કરી જતા તેને '**રાક્ષસ**' વિવાહ કહેલ છે.

૮. ઉંઘતી કન્યા વિષે કે કેફી વસ્તુ ખવરાવીને ઉંઘમાં નાખેલી કન્યા વિષે સંભોગ કરવાના બનાવો બનતા હશે, તેથી તેને 'પૈશાચ' નામ આપવામાં આવેલું છે.

વિવાહના આ પ્રકારોમાં પહેલા ચાર પ્રકારો અનુક્રમે ઉત્તમ છે, અને બીજા ત્રણ પ્રકારો ગૈાણ અથવા નિન્દિત છે, અને છેલ્લા પ્રકારને વિવાહ એવું નામ જ ઘટતું નથી. બ્રહ્મચર્ય પાળીને અધ્યયન (અભ્યાસ) પૂર્ણ કરેલ હોય એવા સદાચરણી વિદ્વાનને પસંદ કરી પોતાને ઘેર બોલાવી કન્યાદાન આપવું, એ વિવાહનો સર્વોત્તમ વિધિ ગણ્યો છે. પણ સર્વ મનુષ્યો એક સરખી સમજનાં અને સૈા ઉત્તમ આચરણવાળાં હોતાં નથી. કન્યાના કેટલાંક માબાપો કન્યા આપતી વખત ભેગો પોતાનો થોડો સ્વાર્થ જુવે છે અને તેથી વિવાહની ગૈાણતા થાય છે. ઉપલા આઠ પ્રકારના વિવાહના વર્ણનથી એમ સમજાય છે કે કોઇએ યજ્ઞકાર્યના બદલા તરીકે અને કોઇએ ધર્મકર્મમાં જરૂર પડતાં ગાય, બળદ, વગેરે પશુ લઇને પણ કન્યાદાન આપવાને ચાલ કાઢેલો હશે. વળી કોઇએ સ્ત્રીને પરણ્યા પછી અમુક વખત સુધી સાથે રાખીને પાછી સ્વચ્છંદપણે સ્ત્રીને છોડી દેવા માંડી હશે

તેથી અગ્નિદેવની સાક્ષીએ વરવહુને એવી આજ્ઞા કરવામાં આવતી કે તમારે સદા સાથે રહીને ધર્માચરણ કરવું. આગળ ચાલતાં વળી કેટલાક સ્વાર્થી માબાપો પોતાના સ્વાર્થમાં એક પગલું આગળ વધ્યાં અને કન્યાના પૈસા લેવા લાગ્યાં. આ જુનો આસુર વિવાહ આ દેશની કેટલીક નાતોમાં આજ તો ગુલામગીરીનો ધંધો થઈ પડયો છે! કામવાસનાનો જેમાં મુખ્ય હેતુ હોય છે, અથવા વિવાહ કરતી વખતે કામવાસનાના પ્રબળથી રૂપ, યૈાવન, વગેરે તરફ વિશેષ લક્ષ અપાય છે, તે પ્રકારના વિવાહને પૂર્વે ગાંધર્વ વિવાહ કહેતા હતા, અને આજ પણ પશ્ચિમના દેશોમાં જે પ્રીતિલગ્નો થાય છે, તેમાં મોટે ભાગે આ હેતુ આગળ પડતો હોય છે. મનુષ્ય સમાજની અવ્યવસ્થ સ્થિતિમાં કન્યાનાં હરણ પણ થતાં હતાં. પણ ઇશ્વરકૃપાથી એ અવ્યવસ્થા દુર થઇ છે. પ્રીતિલગ્નો—સ્વયંવર—એટલે જુવાન સ્ત્રીપુરૂષો પોતાની અંદર અંદરની પસંદગીથી લગ્ન કરે છે તેને આજની સુધરેલી ગણાતી પ્રજાઓમાં વધારે પસંદગી આપવામાં આવે છે, તથાપિ તેમાં પણ જો વિવાહના હેતુઓ આગળ કહ્યા પ્રમાણે ગાણ હોય છે તો તે લગ્ન સફળ થતાં નથી અને છુટાછેડાના સેંકડો દુઃખદાયક બનાવો બને છે. ઐહિક એટલે આ દુનિયાના સુખભોગ માટે લગ્નનો આ પ્રકાર ઠીક છે; તથાપિ પારમાર્થિક દૃષ્ટિથી—ઉત્તમ હેતુથી જે વિવાહ થાય છે—પછી તે વિવાહ સમજુ વરવધૂ પોતાની મેળે કરે કે માબાપો કરાવી આપે—તેજ વિવાહ સર્વોત્તમ છે. પાછલા પ્રકરણમાં જણાવ્યા પ્રમાણે લગ્નના ઉત્તમ હેતુઓ અને ઉત્તમ પ્રકારો જ સંસારને સુખદાયક બનાવે છે.

આર્યદેશના વિવાહના આ પ્રકારો ઉપરાંત કેટલાક અન્ય દેશોમાં વિવાહ સંબંધી જે કેટલીક વિલક્ષણ હાસ્યજનક અને જંગલી રીતો પણ ચાલે છે, તેની આ નીચે ટુંકી નોંધ લેવામાં આવી છે.

૧ પ્રાચીન સમયમાં આસીરીઆ દેશના લોકો લગ્ન કરવા માટે આખા પ્રાંતની પરણવા લાયક છોડીઓનો મેળો ભરતા હતા.

લીલામના વેચાણની પેઠે એક માણસ પોકારીને દરેક છોકરીનું લીલામ કરતો. એમાં સૌથી રૂપાળી છોકરી હોય તેનું પ્રથમ લીલામ થતું હતું. શ્રીમંતો તેને માટે ચડસાચડસી કરતા અને જે વધારે રકમ આપે તે તે કન્યાને લઇ જતો. બાકી રહેલી કન્યાઓ માટે હરરાજીનો વિધિ એથી ઉલટો હતો, તે એ કે, એ કન્યામાંથી અનુક્રમે ઉતરતી સ્વરૂપવાન કન્યાઓ તરફથી પરણનાર ઉમેદવારને સામા પૈસા મળતા હતા અને જે ઉમેદવાર ઓછો દાયજો કબુલ રાખે તેને તે કન્યા મળતી હતી. આ રીવાજથી સ્વરૂપવાન કન્યા માટે મળેલી રકમ કરૂપવાન કન્યાના દાયજામાં આપવા કામ લાગતી. આ રીવાજથી હાલની તેમની બહેનો કરતાં તેમને વિશેષ લાભ એ હતો કે તેમાંની કોઇ પણ કુંવારી રહેતી નહોતી.

૨. **મૂર** લોકો કન્યાનું સગપણ બચપણથી જ કરે છે. માબાપે પસંદ કરેલા પતિને કન્યા ચાહે વા ધિક્કારે તોપણ તેણે તેને પરણવું જ જોઇએ. તે પતિની ચાલ સારી હોય તથા વિક્રયના પૈસા આપી શકે, તો પછી કન્યાની નાપસંદગીને માત્ર તેણીના મનનો તરંગ ગણી કાઢવામાં આવે છે.

૩. **ચીના** લોકો એથી પણ વધારે બેપરવા છે. વેપારની વસ્તુ વેચવામાં જેટલી બેદરકારી રાખવામાં આવે એટલી જ બેદરકારીથી પોતાની કન્યાઓને તેઓ વેચે છે!

૪. **સુમાત્રા**માં પુરૂષો પોતાની સ્ત્રીઓને વેચાણમાં લે છે અને છેતરાયા એમ માલમ પડે તો તે તેઓને જુગારની રમતમાં આપી દે છે અથવા નજીવી રકમ લઇને વેચી મારે છે!

૫. **તુર્ક** લોકોમાં ચાર સ્ત્રીઓ પરણવાની છુટ છે, પણ સ્ત્રી કે પુરૂષ બેમાંના કોઇને પસંદગી કરવાનો હક્ક નથી. પરણવાના દિવસ સુધી તેઓ કદિ પણ ભેગાં મળી શકતાં નથી.

૬. **પશ્ચિમ તાર્તરી**માં કન્યાની કિંમત ૨૦ થી ૫૦૦ રૂબલ (આશરે દોઢ રૂપીઆની કિંમતનો સીક્કો) બેસે છે.

૭. તાર્ત્તર લોકોની બીજી એક જાતમાં વળી એવો રિવાજ છે કે ઓરત ઘોડા ઉપર ચડેલી હોય ને પરણનાર ઉમેદવાર તેને પકડી પાડે તો તેને પોતાના તંબુમાં લઈ જાય છે અને લગ્નની વિધિનો પણ આટલામાં જ સમાવેશ થાય છે.

૮. સૈબીરીઆ દેશમાં લગ્ન નિમિત્તે કરેલા જમણ પછી વહુ પોતાના વરના પગના જોડા તેના પગમાંથી ખેંચી કાઢીને પોતાની તાબેદારી બતાવે છે.

૯. વળી એ જ દેશના એક બીજા પ્રાંતમાં સસરો જમાઈના હાથમાં ચાબુક આપે છે અને તે ચાબુકવડે પરણનાર ધણી પોતાની વહુને મરજી પ્રમાણે શિક્ષા કરે છે.

આ પ્રમાણે જંગલી અને અર્ધ જંગલી જાતોમાં લગ્નના રીવાજો આજ પણ પ્રચલિત છે, એમ કહેવામાં આવે છે. હાલના કહેવાતા સુધરેલા સમયમાં અને કહેવાતી સુધરેલી જાતોમાં પણ ઘણે ઠેકાણે ઓરતોને ગુલામો કરતાં વધારે સારો દરજ્જો મળેલો જોવામાં આવતો નથી! આપણે છેટે શા માટે જવું જોઇએ? આપણા જ દેશમાં અને આપણાં જ કુટુંબોમાં લગ્નના કેવા અધમ રીવાજો ચાલે છે, તે તપાસો!

૧૦. કન્યાઓનાં સાટાંપાટાં થાય છે અને નાની મોટી ઉમર પ્રમાણે તથા સુરૂપવાન્ કે કરૂપવાન્ કન્યા પ્રમાણે ઉપરીઆમણ લેવાય છે.

૧૧. કન્યાનો વિક્રય (વેચાણ) થાય છે, અને કેટલાંક દુષ્ટ જંગલી માબાપો દ્રવ્યના લોભથી પોતાની નિર્દોષ કન્યાઓનાં લગ્ન ઘોરમાં જવાને તૈયાર થયેલા બુઢ્ઢાઓ સાથે કે અપંગ સાથે કરવામાં જરા આંચકો ખાતાં નથી! આ બાબતમાં આ હિંદુ લોકો ચીના લોકોથી ક્યાં ઉતરે એવા છે.

૧૨. વળી એક મિથ્યાભિમાન હિંદુ વર્ગ એવો હયાત છે કે જેઓ પોતાની કન્યાઓને કુળવાન ઘરમાં આપવાનું મ્હોટું મહાત્મ્ય (માન) સમજે છે અને એ માન મેળવવાને તેઓ ઘણીવાર કુલિ-

તેાને આજીજી કરે છે, અને સામા પૈસા ખાવા આપે છે! વધારે સંતાપની વાત તેા એ છે કે મિથ્યાકુળાભિમાનીએા આ કુળનું માન લેવાને માટે પેાતાની નાની ઉમરની બાળકીએા બુઢ્ઢા સાથે કે ગમે તેવા અપંગ રેાગી સાથે લાકડેમાકડું જોડી દે છે!

૧૩. અને હિંદુ લેાકેાના આ કહેવાતા કુલિનેા જોયા છે? એ ગર્વિષ્ટેા એક બે સ્ત્રી ઘરમાં હયાત છતાં સ્ત્રી સાથે જરા વાંકું પડે છે તેા બીજી કે ત્રીજી સ્ત્રી લાવીને બેસાડે છે! અને તેમને કન્યા આપનાર મિથ્યાભિમાની હૈયાફૂટાએાની સંખ્યા આ દેશમાં અને વિશેષ કરીને ગુજરાતમાં ન્હાની નથી! આ લેાકેા પેાતાની આગલી એારતેાને મરજીમાં આવે તેા ખાવા આપે છે અને મરજી પ્રમાણે કાઢી મૂકે છે! આવા હિંદુ લેાકેાના આચરણ કરતાં **સુમાત્રા**ના લેાકેાનું લગ્ન સંબંધી આચરણ કાંઇ વધારે ધિક્કારને પાત્ર ઠરતું નથી!

૧૪. હિંદુ લેાકેામાં એવા પણ અજ્ઞાન લેાકેા છે કે જેમનામાં છેાકરૂં ઘેાડીઆમાં કે માના પેટમાં હેાય ત્યારથી વિવાહ કરવાનેા રીવાજ છે, અને છાતીએ વળગેલાં છેાકરાંએાને તેડીને તેમનાં માબાપ તેમની વતી લગ્નના ફેરા ફરે છે!

જે દેશમાં અને જે લેાકેામાં વિવાહની તથા લગ્નની આવી સમજ હેાય, અને આવી અધમ જંગલી રસમેા ચાલતી હેાય, તેમની સાંસારિક સ્થિતિ કેવી દુઃખદાયક હેાય, તેમનેા ગૃહસ્થાશ્રમ કેવેા ભ્રષ્ટ હેાય, અને તેમનાં સંતાનેા કેવા દુરાચરણી અને નમાલાં હેાય, તેનેા ખ્યાલ બહુ સહેલથી થઇ શકે!

મથાળે ટાંકેલું 'મનુ' મહારાજનું વચન યથાર્થ જ છે કે ઉત્તમ વિવાહથી ઉત્તમ પ્રજા અને નિન્દિત વિવાહથી નિન્દિત પ્રજા થાય છે. ગેાત્રવિવાહ અને કન્યાવિક્રય ઉપર હિંદુ ધર્મશાસ્ત્રે મ્હેાટા પ્રત્યવાય (દેાષ) મૂકયેા છે, તેનું કારણ એ જ છે કે એવા વિવાહમાં વિવાહ કરનાર માબાપેાનેા હેતુ સ્વાર્થી હેાય છે. હેતુ અધમ હેાવાથી વરકન્યાની યેાગ્યતાનેા કદિ પણ વિચાર થતેા નથી, અને યેાગ્ય જોડાંએા વિના સંતતિ કદી પણ સારી થતી નથી.

પ્રકરણ ૧૦ મું.

વરકન્યાની યોગ્યતા–પસંદગી.

अंतःकरणतत्त्वस्य दंपत्यो रेकसंश्रयात् ।
आनन्दग्रंथी रेकोऽय मपत्य मितिबध्यते ॥

–उत्तरराम चरित.–

" પતિ તથા પત્નીનું અંતઃકરણ ઓતપ્રોત થવાથી બાળકરૂપ એક આનંદગ્રંથી બંધાય છે."

ઉત્તરરામ ચરિતનો વિદ્વાન્ કવિ બાળકને એક આનંદગ્રંથી કહે છે, તે બરાબર છે! આ આનંદગ્રંથી શી રીતે ઉત્પન્ન થાય ? કવિ કહે છે કે સ્ત્રીપુરૂષનાં અંતઃકરણ એકબીજામાં મળી જાય તો જ એ આનંદગ્રંથી ઉત્પન્ન થાય. બાળક એ માતાપિતાના સંયુક્ત પ્રેમની એક પ્રતિમા છે. તમો કહેશો કે ઓછા પ્યારવાળા અથવા કલેશી જોડાઓમાંથી પણ બાળકો ઉત્પન્ન તો થાય છે. આ વાત ખરી છે. ખારી જમીનમાં પણ ઝાડ–ઝાંખરાં ઉગે છે! પણ તે મીઠી ફળદ્રુપ જમીનના જેવાં ઉત્તમ વૃક્ષો હોતાં નથી. સ્ત્રીપુરૂષના સંબંધથી બાળકરૂપ ગાંઠો–માંસના–લોચાઓ–તો ઘણા બંધાય છે, પણ સંપૂર્ણ પ્રેમી જોડામાંથી જે **આનંદગ્રંથી** બંધાય છે, તે વાત ન્યારી જ છે! અને એવી આનંદગ્રંથીઓ–ઉત્તમ બાળકો–શી રીતે ઉત્પન્ન કરવાં, એ જાણવા માટે જ આપણો આ પ્રયાસ છે.

વિદ્વાનોએ લગ્નની સફળતા પ્રેમમાં મૂકી છે, પ્રેમવિના લગ્ન નકામું છે, જેઓના અંતઃકરણમાં શુદ્ધ પ્રેમ હોય તેમણે શરીરથી જોડાવું જોઇએ.[1] આ પ્રેમ નિઃસ્વાર્થ અને નિર્મળ હોવો જોઇએ.

---

૧. " Those who love in spirit should unite in person."
—Dr. FOWTER.

આવાં નમુનેદાર (ideal) ઉત્તમ લગ્નો દુનિયામાં હાલ બહુ થોડાં થાય છે, તથાપિ જેટલા અંશે વર કન્યાનાં અંતઃકરણ એકમેકમાં મળે છે એટલે અંશે એ લગ્ન ઓછાં કે વધતાં સફળ થાય છે. સંપૂર્ણ પુખ્ત ઉમરે આવેલાં વિદ્વાન્ અને વિચારવંત સ્ત્રીપુરૂષો (વરકન્યાઓ) લગ્નનું મહત્વ સમજીને પોતાનો આ સંસારનો સાથી શોધી લે છે તો તે લગ્ન ઘણે અંશે સફળ થાય છે. એવા ઉત્કૃષ્ઠ (ideal) લગ્નો સ્ત્રીપુરૂષો પોત પોતાની પસંદગીથી કરી લે, એવી હજી મનુષ્ય સમાજની અને સંસારની સ્થિતિ ઉચ્ચ થઇ નથી. સંસારની હાલની સ્થિતિમાં તો લગ્નના વિષયમાં માબાપોના મધ્યસ્થપણાની અને સલાહની જરૂર છે, અને હિંદી સંસારમાં તો લગ્નની યોગ્યતા તથા પસંદગીનું સૂત્ર માબાપોના જ હાથમાં હોવાથી એ સંબંધી જે કાંઇ કહેવાનું છે તે માબાપોને જ કહેવાનું છે.

આવી સ્થિતિમાં વરકન્યા વચ્ચેના પ્રેમની પરીક્ષા અગાઉથી કરવાનો કોઇ સીધો માર્ગ છે જ નહિ. જ્યારે કાચી ઉમરનાં અને કાચી સમજનાં વરકન્યા પ્રેમ વિષે કે પ્રેમની પરીક્ષા વિષે કશું જાણતાં હોતાં નથી, ત્યારે તેને માટે એક જ ઉત્તમ રસ્તો છે, તે એ કે, માબાપોએ જેટલી બને એટલી તજવીજથી એમની યોગ્યતાની પરીક્ષા પ્રથમથી જ કરીને વિવાહ તથા લગ્ન કરવાં. પાછલા પ્રકરણમાં સુચના કરી ગયા તે પ્રમાણે તેમનાં શરીર, રૂપ, ગુણસ્વભાવ, ઉમર, વગેરે લગ્નને યોગ્ય છે કે નહિ તેનો પુરો તપાસ થઇને લગ્નો થાય તો તે લગ્નો વધારે સુખી અને સફળ થાય, એમાં કાંઇ પણ સંદેહ નથી. માટે આ નીચે એ વિષે જરા વિસ્તારથી વાત કરીએઃ—

શરીરની પરીક્ષાઃ—આ વિષે બહુ સૂક્ષ્મ વિચારમાં ઉતરીએ તો ઘણું લખાય તેમ છે; પણ કેટલીક વાતો બોલાય છે, પણ લખી શકાતી નથી. શારીરિક તપાસમાં ઘણી વાતોનો સમાવેશ થાય છે અને કેટલીક ગુપ્ત શારીરિક ખામીઓની પરીક્ષા નહિ થવાને લીધે પાછળથી ઘણો પસ્તાવો કરનારા સાંસારિક જોડાંઓ જોવામાં આવ્યાં

છે. વરકન્યાના તમામ અવયવો સંપૂર્ણ સારી હાલતમાં હોવાં જોઇએ તે બન્ને નીરોગી હોવાં જોઇએ. જે કન્યા અંગે ખોડખાંપણ વિનાન સુંદર નામવાળી, હંસ કે હાથીના જેવી સુંદર ચાલથી ચાલવાવાળ તથા વાળ, રૂવાડાં અને દાંત જેના સૂક્ષ્મ હોય એવી અને કોમ અંગવાળી કન્યા પરણવી.[1]

જે કન્યા શરીરે અતિ સ્થૂળ (બહુ જાડી) હોય, અતિ દુર્બ હોય, અતિ ઠીંગણી હોય, પોતાના કરતાં (વર કરતાં) મોટી હોય હીન અંગવાળી એટલે એકાદ અંગ ઓછું કે ખામીવાળું હોય, ત કંકાસણી હોય તેને પરણવી નહિ.

રોગી કન્યાને પરણવી નહિ, એટલું જ નહિ પણ જે કુળ માણસોને હરસનો, ક્ષયનો, મંદાગ્નિનો, અપસ્મારનો (ફેફરાંનો) ત કોઢ રોગ થતો હોય એવા રોગી કુળની કન્યા (નીરોગી લાગ હોય તોપણ) પરણવી નહિ.

મનુસ્મૃતિમાં આવા રોગવાળા કુળની કન્યા પરણવાની ના પા છે. વૈદ્યકશાસ્ત્ર એ વાતને સંપૂર્ણ ટેકો આપે છે, એટલું જ નહિ પ દાખલા દલીલથી અને શાસ્ત્રીય રીતે સિદ્ધ કરી આપે છે કે જે કુળ આવા રોગ ચાલતા હોય છે તે કુળનાં છોકરાંને પણ તે રોગો વા સામાં મળે છે. ઉપર જણાવેલા રોગ ઉપરાંત બીજા રોગ પણ વા સામાં મળે છે, જેમકે ઉપદંશ (ગરમી), કંઠમાળ, દમ, વાતરક્ત વગેરે કુળના રોગ લાગુ પડે છે, તો ખુદ માનો કે બાપનો રોગ બચ્ચાંમાં ઉતરે એમાં શું આશ્ચર્ય !

રોગી કુળની કન્યા નહિ લેવા માનવધર્મશાસ્ત્ર ફરમાવે છે, તે એમ નહિ સમજવું કે વરના કુળની તથા તેના શરીરની પરીક્ષા કરવાની જરૂર નથી. વરના કુળની તથા તેના શરીરની પરીક્ષા અ સ્ય કરવી જોઇએ. તે પોતે નીરોગી હોવો જોઇએ એટલું જ ન

---

१. अव्यङ्गाङ्गीं सौम्यनाम्नीं हंसवारणगामिनीम् ।
तनुलोमकेशदशनां मृद्वंगी मुद्वहेत्स्त्रियम् ॥—मनु.—

પણ તે નીરોગી કુળનો હોવો જોઈએ, કેમકે કુળના રોગો તે કુળના વંશજોને ઘણીવાર મોટી ઉમરે માલમ પડી આવે છે. માટે વરની પરીક્ષા ઘણી સાવધાનતાથી કન્યાનાં માબાપોએ જરૂર કરવી.

શુક્રનીતિમાં કહ્યું છે કે,[1] પ્રથમ કુલની પરીક્ષા કરવી કેમકે કુળ પ્રમાણે ઘણાખરા ગુણદોષ છોકરાંમાં ઉતરે છે, માટે તે પરીક્ષા પ્રથમ કરવી; પછી વિદ્યાની પરીક્ષા કરવી; એટલે વર સારી રીતે ભણેલો છે કે નહિ તે જોવું તે પછી વયની પરીક્ષા કરવી એટલે વર કન્યાની ઉમરને અને કન્યા વરની ઉમરને લાયક છે કે નહિ તે જોવું, પછી સ્વભાવની પરીક્ષા કરવી, પછી ધનની પરીક્ષા કરવી, એટલે વર પાસે કાંઇ ગુજરાનનું સાધન છે કે નહિ, પછી રૂપની પરીક્ષા કરવી, અને છેલ્લે દેશની પરીક્ષા કરવી, એટલે કે વર કયા દેશનો છે, અને પછી વિવાહ કરવો.

રૂપની પરીક્ષા—ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે કન્યા હીનાંગી (અલ્પ અથવા અપૂર્ણ અંગવાળી), અતિ જાડી, અતિ દુર્બળ, કે અતિ ઠીંગણી નહિ હોવી જોઇએ. તે શરીરે સારા બાંધાવાળી અને ઘાટદાર હોવી જોઇએ, અને ખરૂં જોતાં રૂપનો પણ એમાં જ સમાવેશ છે. બહારથી દેખાતી સુંદર પણ અંદરથી રોગી કન્યાઓ લગ્નને કે સંતતિને લાયક નથી. વળી એકલા શરીરનું રૂપ કાંઇ કામનું નથી. તેનો આત્મા પણ શુદ્ધ અને સદ્‌ગુણી હોવાની જરૂર છે. શરીરની સુંદરતા કરતાં આત્માની સુંદરતા, પવિત્રતા અને શીલ હજાર દરજ્જે વધારે પસંદ કરવા લાયક છે.[2] શરીરની સુંદરતા સદાય રહેતી નથી પણ આત્માની સ્વચ્છતા અને આનંદી તથા નિર્મળ સ્વભાવ સદા ટકી રહે છે, અને સદાને માટે

---

१. आदौ कुलं परिक्षेत ततो विद्यां ततो वयः ।
शीलं धनं ततो रूपं देशं पश्चाद्विवाहयेत् ॥–शुक्रनीति.

२. बुद्धिरूपशीललक्षणसंपन्ना मरोगा मुपयच्छेत् ।
— आश्वलान गृह्यसूत्र —

સાથે રહેવાને બંધાયેલા જોડાંઓમાં આવા ઉત્તમ સ્વભાવની જરૂર છે; તેમ છતાં રૂપની જરૂર નથી, એમ નહિ સમજવું.

ગુણસ્વભાવ—ઉમરે તથા રૂપે સમાન જોડાંઓ જો ગુણ સ્વભાવે એક બીજાથી મળતાં આવતાં નથી તો તેમની જીંદગી અને તેમનો સંસાર સુખી થતો નથી. વરકન્યાના ગુણસ્વભાવની પરીક્ષા તેમનાં માબાપો ઉપરથી કે માબાપોના કુળ ઉપરથી પણ થઇ શકે છે. હિંદુ લોકોમાં કુળ જોવાની રીત છે તે ખોટી નથી,[૧] પણ હાલમાં જોવાની જે અંધપરંપરા ચાલે છે તે રીત બરાબર નથી. કાળે કરીને કુટુંબો પોતાના ગુણ તથા આચરણોમાં ઉતરી જાય છે, અને તેમ છતાં તેમને ઉંચા કુળના ગણી આંધળા બની દીકરીઓ દેવામાં આવે છે, તે મૂર્ખતા છે. તથાપિ સામાન્ય રીતે એમ કહેવાય કે જાતિકુળના ગુણો છેક નાબુદ થતા નથી. 'જાત વિના ભાત પડતી નથી,' એવી જે કહેવત ચાલે છે, તેમાં ઘણો મર્મ રહેલો છે. ગુણસ્વભાવ જાતિથી એટલે વંશપરંપરા ઉતરે છે, એ વાત ખરી છે; એમ છતાં જ્યારે જાતિની સંકરતા (સેળભેળ) થાય છે ત્યારે તેમનાં બાળકોમાં ગુણસ્વભાવ બદલાય છે. એક ઉંચા ખાનદાન કુટુંબનો માણસ હલકા કુળની કન્યાને પરણે છે ત્યારે એની જે પ્રજા થાય છે તેમાં તેના પિતાની ખાનદાની સાથે માતાની હલકાઇ પણ ઉતરે છે. એવીજ રીતે એક ખાનદાન કુટુંબની કન્યા હલકા કુળમાં જાય છે તો તે ખાનદાન કન્યાથી જે સંતતિ થાય છે તે વધારે સારી થાય છે. માટે માબાપોએ પોતાના પુત્રો તથા પુત્રીઓનો સાંસારિક સંબંધ જેમ બને તેમ વધારે સારાં કુળો સાથે અને ઉંચાં આચરણવાળાં માણસો સાથે કરવો. કન્યાને માટે વરના ગુણસ્વભાવની અને વર માટે કન્યાના ગુણસ્વભાવની પરીક્ષા કરવી, એ કામ સહેલું નથી. કુળના તથા માબાપના ગુણસ્વભાવ ઉપરાંત વરકન્યાના પોતાના ગુણસ્વભાવની પણ બનતી તપાસ કરવી જોઇએ.

---

૧. कुल मग्रे परीक्षेत बुद्धिमते कन्यां प्रयच्छेत् ।

— आश्वलायन गृह्यसूत्र —

ગંભીર અને શાંત સ્વભાવ એ ઉત્તમ ગુણસ્વભાવની નિશાની છે. જે છોકરાઓ તરૂણાવસ્થામાં તોછડા, ક્રોધી અને છીછરા સ્વભાવના હોય છે તેઓ મોટપણે સારા પુરૂષો થતા નથી, અને જે છોકરીઓ બાળપણામાં ઠાવકી, ઠરેલી, અથવા શાણી અને આનંદી હોવાને બદલે બળેલ, તીખી, ધાંધલ કરનારી કે બહુ ઠણુકો મરડકો કરનારી હોય, તે મોટપણે સારી સ્ત્રી નીવડે નહિ.

કજોડાં—કજોડાંથી સંતતિ કદિ પણ સારી થતી નથી. વૈદિક અભિપ્રાય પ્રમાણે ૧૨ વર્ષની કન્યા સાથે ૩૦ વર્ષના પુરૂષે લગ્ન કરવું જોઇએ, અને **સુશ્રુત** વગેરે વૈદક ગ્રંથોના અભિપ્રાય પ્રમાણે ૧૬ વર્ષની કન્યા અને ૨૫ વર્ષના પુરૂષનો લગ્ન સંબંધ થવો જોઇએ. આ બન્ને અભિપ્રાયનો સાર એ છે કે કન્યા કરતાં પુરૂષની ઉંમર દોઢી કે બમણી હોવી જોઇએ. સમાન વયનો સંબંધ કજોડું નીવડે છે, ત્યારે વર કરતાં કન્યા મોટી હોય, તો તેવો લગ્ન સંબંધ કદિ પણ સફળ થાય નહિ, એ દેખીતું જ છે. એવી જ રીતે કન્યા આઠ દશ વર્ષની હોય અને વરની ઉંમર પચાસ સાઠ વર્ષની હોય તો તે વળી સર્વ કરતાં વધારે અધમ પ્રકારનું કજોડું છે. આગળ કહ્યા પ્રમાણે લગ્નની સફળતા માટે પ્રેમ એ મુખ્ય ચીજ છે, પણ શારીરિક ખીલવણીની સમાનતા વિના એ પ્રેમનો આવિર્ભાવ થતો નથી, અને સંપૂર્ણ પ્રેમ વિના સારી સંતતિ થતી નથી. આ તો ઉમરના કજોડાની વાત થઇ. પણ કજોડું માત્ર ઉમરનું જ છે, એમ નહિ સમજવું. રૂપનું તથા ગુણસ્વભાવનું પણ કજોડું હોય તો તે જોડું સુખી થતું નથી. વર રૂપાળો હોય, પણ કન્યા કદરૂપી કે ખોડખાપણવાળી હોય તો તે પણ કજોડું કહેવાય. એવી જ રીતે કન્યા સુંદર હોય પણ વરમાં કાંઇ વિશેષ શારીરિક એબ હોય તો તે પણ કજોડું છે. રૂપ કરતાં પણ ગુણસ્વભાવનું કજોડું સંસારમાં ઘણો અનર્થ કરે છે. પુરૂષ શાણો, ભણેલો વિદ્વાન્ હોય અને સ્ત્રી અભણ મૂર્ખ હોય, સ્ત્રી સદ્દગુણી તથા સ્વભાવે શાંત હોય અને પુરૂષ વ્યસની તથા ક્રોધી હોય, પુરૂષ

આર્યસમાજી હોય અને સ્ત્રી નટવરલાલજીના મંદિરમાં દોડાદોડી કરનારી ભક્તાણી હોય, સ્ત્રી સદાચરણી અને સાદી હોય અને પુરૂષ હોટેલોમાં તથા દારૂનાં પીઠાંમાં રખડનારો હોય, સ્ત્રી આજ્ઞાંકિત હોય, પણ પુરૂષ બ્રહ્મચર્યના નિયમોને નહિ સમજનારો વિષયાંધ અને સ્ત્રીને માત્ર વિષય સેવનનું પાત્ર માનનારો મૂર્ખનો સરદાર હોય, તો, આ સર્વ કજોડાં છે, અને એવાં કજોડાંનો સંસાર ઘણો જ દુ:ખદાયક હોય છે અને તેમાંથી જે સંતતિ પાકે છે તે પણ વિષમ સ્વભાવની અને વિ-ષમ આચરણની હોય છે. માટે માબાપોએ પોતાના પુત્ર કે પુત્રીના લગ્ન સંબંધી આ બધા વિચારો કરવા જોઇએ, અને બનતી પરીક્ષા કરીને સંબંધ કરવો જોઇએ.

વરવહુની પસંદગી સંબંધી બીજી સૂચનાઓ:—

(૧) એક જ ગોત્રમાં લગ્ન સંબંધ નહિ થવો જોઇએ, જેમ બને તેમ દૂરના ગોત્રમાં અને દૂરના લોહીમાં સંબંધ થાય તેમ તેમ લગ્ન વધારે સફળ થાય છે. આ ઉપરથી જ દીકરીનું નામ 'દુહિતા' પડેલું જણાય છે. દુહિતા એટલે **दूरे हिता**—જેમ વધારે દૂર સંબંધ થાય તેમ વધારે લાભ. (૨) **મનુ** ભગવાન્ કહે છે કે,[૧] 'જે કુળમાં જાતકર્માદિ સંસ્કારો ન થતા હોય, જે કુળમાં પુરૂષ સંતતિ ન થતી હોય, જે કુળમાં વેદાધ્યયન થતું ન હોય (અથવા આ સમય પ્રમાણે આધુનિક ઉંચી કેળવણી લેવામાં ન આવતી હોય), જે કુળમાં સ્ત્રી તથા પુરૂષના શરીર ઉપર લાંબા વાળ થતા હોય, તથા જે કુળનાં મનુષ્યોને પ્રથમ કહી ગયા તે પ્રમાણે ક્ષય વગેરે રોગો થતા હોય તેવાં કુળ સાથે લગ્ન સંબંધ કરવો નહિ. (૩) **મનુ** મહારાજ તો કહે છે કે ભયંકર અને અણગમતા નામવાળી કન્યાને પણ પરણવી નહિ; કેમકે જેવી રીતે કદરૂપી, કજોડ (બહુ નાની કે બહુ મોટી) અસમાન ગુણસ્વભાવની, ગંદી, એવી વહુ અણગ-

---

१ **हीनक्रियं निष्पुरुषं निश्छन्दो रोमशार्शसम् ।
क्षय्यामयाव्यपस्मारिश्वित्रिकुष्ठिकुलानि च ॥–मनु.–**

મતી થઈ પડે છે, એવી રીતે અણુગમતા નામવાળી વહુ પણ અણુગમતી થાય છે. માબાપોએ એટલા માટે પોતાનાં છોકરાંનાં નામ ભયંકર કે નઠારાં નહિ પાડતાં ઘણાં સારાં મનહર નામ પાડવાં. કેટલાંક મૂર્ખ માબાપો પોતાનાં છોકરાંનાં સારાં નામો પાડીને પછી તે નામોને ઘણાં બગાડી દે છે, જેમકે **સરસ્વતી** નામમાંથી **સસી** અને તેમાંથી **સસલી** પણ થઇ જાય છે અને સાકરમાંથી **શકરી** થાય છે! માબાપો જ માણસમાંથી તેમને પશુપક્ષી બનાવી દે છે! અને પછી આખી જીંદગી સુધી એ જ નામ ચાલે છે. અમારા દરદીઓના લીસ્ટમાં એવાં અનેક અણુગમતાં નામો નોંધાય છે! માટે આવાં અરૂચિ ઉપજાવનારાં નામ નહિ પાડતાં મધુરતાવાળાં અને મનોહર નામ પાડવાં જોઇએ.

વરની પસંદગીમાં પણ બીજી ઘણી વાતો ધ્યાનમાં રાખવાની છે, જેમાંની થોડી નીચે પ્રમાણે છેઃ—(૪) વર વ્યસની નહિ હોવો જોઇએ. વ્યસનમાં ઘણી વાતો આવે છે. તમાકુ વિષે અમે કાંઇ બોલશું તો અમારા ઘણા વાંચનારાઓ ચીડવાશે! પણ ડૉ. કોવન, ડૉ. કેલોગ વગેરે સમર્થ વિદ્વાનો કહે છે કે કોઇ પણ સમજુ સ્ત્રીએ તમાકુ પીનારને પોતાના ભરથાર તરીકે પસંદ કરવો નહિ. હાલમાં તમાકુ પીનારાઓની સંખ્યા ઘણી મોટી થઇ છે અને નહિ પીનારાઓની સંખ્યા ન્હાની રહી છે, એટલે વ્યવહાર દૃષ્ટિએ આ સૂચનાનો અમલ થઇ શકે એમ નથી, પણ શારીરિક શાસ્ત્રની દૃષ્ટિથી આ નિયમ અત્રે નોંધવાની જરૂર પડે છે. જેમ દારૂ પીનારા પુરૂષોમાં વ્યભિચારાદિ બીજા દુર્ગુણો આવવા પામે છે તેમ તંબાકુ સાથે પણ કેટલાક દુર્ગુણો ચોંટવાનો સંભવ છે, એટલા માટે સારી સદાચરણી સંતતિનું બીજ નાખવું હોય તો, દારૂ પીનારો તો નહિ જ પણ તંબાકુ પીનારો પુરૂષ પણ પસંદ કરવા લાયક નથી, એમ અમારો જ નહિ પણ સમર્થ વિદ્વાનોનો અભિપ્રાય છે. (૫) રંડીબાજ કે હીજડા અને સ્વચ્છંદપણે વર્તનારા છોકરાઓને પોતાની સુંદર અને સદાચારી

દીકરીઓ કદિ થશે તો તે પણ એવી રંડીબાજ અને સ્વછંદી થશે. (૬) અધર્મી અને નાસ્તિક પુરૂષોને પણ પોતાની કન્યા આપવી નહિ, કેમકે તેમાંથી જે પ્રજા થશે તે પણ અધર્મી અને નાસ્તિક થશે. (૭) જુગારી, ચોટ્ટા, અને ગંઠીછોડ લબાડ છોકરાઓ સાથે પોતાની દીકરી વરાવવી નહિ, તેમજ અતિ લોભી, નીચ અને હલકી પ્રકૃતિના પુરૂષોનો પણ ત્યાગ કરવો. (૮) જે છોકરાઓ પોતાની મા કે બેન સાથે સ્નેહથી વર્તવાને બદલે અણુરાગથી અને નિર્દયપણે વર્ત્તતા હોય એવા છોકરાઓ પોતાની સ્ત્રી સાથે પણ એવી જ રીતે નિર્દયપણે વર્તશે એવો સંભવ હોવાથી તેમનો પણ ત્યાગ કરવો.

ઉપર જે જે નિયમ આપ્યા છે તે નિયમોને ધ્યાનમાં રાખીને તમારાં પુત્રપુત્રીઓનાં લગ્ન કરો, અને નહિ તો બહેતર છે કે અયોગ્ય લગ્નોથી તેમની ઉપયોગી જીંદગીને ભ્રષ્ટ નહિ કરતાં એવું કરો કે તેઓ કુંવારાં રહી બ્રહ્મચર્ય પાળીને, પોતાના બળની, સૈાંદર્યની અને આત્માની પવિત્રતામાં વધારો કરે !

પ્રકરણુ ૧૧ મું.

અર્દ્ધાંગના.

यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवताः ॥–मनु.

" જ્યાં સ્ત્રીઓ પૂજાય છે ત્યાં દેવો નિવાસ કરે છે."

ભગવાન મનુ મહારાજના ઉપરના વચનમાં કેટલું બધું મહત્વ છે, તેનો જરૂર વિચાર કરવો જોઇએ. જે ઘરમાં, જે કુટુંબમાં અને જે દેશમાં સ્ત્રીઓ પૂજાય છે એટલે માન પામે છે, તે ઘરમાં, તે કુટુંબમાં અને તે દેશમાં દેવો રમે છે. અહિં મનુ મહારાજ દેવો કોને કહે છે, તે આપ સમજ્યા? દેવો એટલે દેવ જેવા પુત્રો! જ્યાં સ્ત્રી-ઓને માન છે ત્યાં પુત્રો દેવ જેવા પાકે, એમાં જરા પણ ખોટું નથી. જ્યાં સ્ત્રીઓને માન નથી ત્યાં ખરો પ્યાર પણ નથી, અને શુદ્ધ પ્યાર વિના દેવ જેવા પુત્રો ક્યાં રસ્તામાં પડયા છે!

સ્ત્રીઓને માન આપવું, એ સારી સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાનો એક સાચો કીમીઓ છે. પણ એ કીમીઓ આપણે આપણા હાથમાંથી ગુમાવ્યો છે અને તેથી જ આ દેશમાં, આપણા કુટુંબોમાં અને આપણા ઘરમાં દેવો પાકતા નથી. સ્ત્રીઓનું સન્માન નહિ હોવાથી આપણાં કુટુંબોમાં દેવો તો નથી પાકતા, પણ ઘણે ઠેકાણે તો માણસો પણ પાકતાં નથી! ઘણાંક ઘરમાં તો માણસના આકારમાં પશુઓ અથવા રાક્ષસો ઉત્પન્ન થાય છે! 'રાક્ષસ' શબ્દ જરા કઠણ તો છે, પણ ખરેખાત આપણા કુટુંબોમાં માણસો નહિ પણ રાક્ષસી માયા પેદા થાય છે! હિંદુ માબાપો! આ વાત સત્ય છે કે અસત્ય છે, તેનો તપાસ કરો! તમારી આસપાસ અવલોકન કરો અને કહો કે તમારી આસપાસ માણસો વસે છે કે પશુઓ? તમારાં કુટુંબોમાં સ્ત્રીઓની કેવી અધમ દશા છે, તે તપાસો! તમારામાંના ઘણાક

પુરૂષો સ્ત્રીઓને એક લુંડી જેવી ગણે છે અથવા અધમ વિષયવાસનાને તૃપ્ત કરવાનું એક અંગવસ્ત્ર ગણે છે, અને જો તેઓમાં ક્યાંઇ પ્યાર જોવામાં આવતો હોય તો તે પ્યાર વિષયવાસના પુરતો ક્ષણિક પ્યાર હોય છે! સ્ત્રીઓનું સન્માન અને વિશુદ્ધ પ્યાર તો થોડાં ભાગ્યશાળી કુટુંબોમાં જ જોવામાં આવે છે! આપણાં કુટુંબોની આવી અધમ દશા થવાનું કારણ શું? કારણ ખુલ્લું છે. સ્ત્રીઓને આપણાં કુટુંબોમાં સન્માન નથી. આપણા સંસારમાં સ્ત્રીનો દરજ્જો ઘણો જ ઉતારી પાડવામાં આવ્યો છે. કેટલાક પક્ષપાતી અને સંસારથી કંટાળેલા લોકોએ સ્ત્રીનું ઘણું જ અધમ ચિત્ર આપીને પુરૂષોના અંતઃકરણમાં સ્ત્રીજાતિ વિષે હલકો અભિપ્રાય ઉતારી દીધો છે, અને એવા લેખોએ સંસારની ઘણી ખરાબી કરી છે. સ્ત્રીને 'નર્કની ખાણ' એવું છેક હલકું વિશેષણ આપવાને પણ તેઓ અચકાયા નથી. પણ આપણા પરમપિતા, આદિ પુરૂષ, મહાત્મા **મનુ** શું કહે છે? અરે! તેઓ તો વળી એમ છે કે, જે કુળમાં સ્ત્રીપુરૂષો પરસ્પર સંતુષ્ટ રહે છે ત્યાં જ નક્કી કલ્યાણનો—સુખનો સ્થાયી વાસ છે.[1] જ્યાં સ્ત્રીથી પુરૂષ સંતુષ્ટ રહે છે અને પુરૂષથી સ્ત્રી સંતુષ્ટ રહે છે ત્યાં જ કલ્યાણનો વાસ છે, અને એ વાત અક્ષરેઅક્ષર ખરી છે. પણ સમાનતા અને પરસ્પર સમાન ભાવો વિના સંતોષ ક્યાંથી લાવવો!

મનુ મહારાજ તો કહે છે કે સ્ત્રીની પુજા કરો! આજકાલ ઘણાં અજ્ઞાન હિંદુ કુટુંબોમાં સ્ત્રીની પૂજા (લાકડીનો પ્રહાર) તો થાય છે! અફસોસ! કયાં મનુ મહારાજની પૂજા અને કયાં ગડદાપાટુની પૂજા! ભલભલાં કુટુંબોમાં પણ આવી પૂજા પ્રચલિત છે, હો! બહાર ગૃહસ્થના દીકરા થઇને ફરે છે અને આબરૂદારમાં ખપે છે, પણ ઘર પ્રત્યે, સ્ત્રીઓ પ્રત્યે, તેમનું વર્ત્તન ઘણું નીચું હોય છે! કહો, ત્યારે એમને દેવ જેવા પુત્રો ક્યાંથી સાંપડે? શેઠીઆઓના કુટું-

---

૧. **संतुष्टो भार्यया भर्त्ता भर्त्रा भार्या तथैव च ।**
यस्मिन्नेव कुले नित्यं कल्याणं तत्र वै ध्रुवं ॥—मनु.

એામાં પણ મોટે ભાગે વર્ણસંકર અને હલકી પ્રજા ઉત્પન્ન થાય છે. તેનાં કારણો આવાં જ હોય છે! પુરૂષો સ્ત્રી પ્રત્યેના પ્યારમાં ખોટા હોય છે, જેથી સ્ત્રીઓનો પ્યાર શિથિલ થાય છે, એટલું જ નહિ પણ વારંવાર તેઓ પણ પોતાની વાસનાઓને તૃપ્ત કરવા માટે ક્ષણિક પ્યારનાં બીજાં સ્થાન શોધતી ફરે છે! ગરીબ કુટુંબો કરતાં બડાં બડાં કુટુંબોમાંથી આ વાતના વધારે પુરાવા મળી આવશે.

સ્ત્રીઓની પૂજા કરવી એટલે શું? શું પુરૂષોએ તેમના આગળ લાંબા થઇ પગે લાગવું, કે શું તેમની રોજ આરતી ઉતારવી, કે શું તેમની સ્તુતિ (વખાણ) કરીને તેમની ખુશામત કરવી? સ્ત્રીજાતિની ઉન્નતિના વિરોધી પુરૂષોના મોંમાંથી વારંવાર આવી વાંકીચુકી વાતો નીકળે છે. પણ 'પૂજા' શબ્દમાં એવો અર્થ છે જ નહિ. તમે તમારા દેવની પૂજા કરો છો એટલે શું તમે તેની ખુશામત કરો છો? જો એવા તુચ્છ ભાવથી તમે પૂજા કરતા હો તો તે પૂજા નથી પણ એક નીચામાં નીચી ક્રિયા છે! પૂજા એ કાંઇ કેવળ બાહ્યક્રિયા નથી. 'અંતઃકરણની ચાહના અથવા માન' એનું નામ પૂજા છે. સ્ત્રીઓ પ્રત્યે અંતઃકરણથી ચાહના રાખવી અને તેઓ પ્રત્યે માનની લાગણી રાખવી, તેનું નામ સ્ત્રીઓની પૂજા છે. સ્ત્રીઓ પૂજા એટલે સત્કારને પાત્ર છે અને જ્યાં સ્ત્રીઓનો સત્કાર થાય છે ત્યાં જ કલ્યાણ, સુખ, અને ઉત્તમ સંતાનોનો વાસ હોય છે.

મનુ ભગવાન્ સ્ત્રીઓના સત્કાર વિષે ઘણું કહે છે. માત્ર પતિએ પત્નીનો સત્કાર કરવો, એટલું જ નહિ; તેઓ કહે છે કે જો કલ્યાણની ઈચ્છા હોય તો માબાપોએ દીકરીઓનો, ભાઇઓએ બહેનોનો, અને દીયરોએ ભોજાઇઓનો સત્કાર કરવો. જે કુળમાં બહેન, દીકરી, દેરાણી, જેઠાણી, સાસુ, નણંદ, વગેરે સ્ત્રીઓ દુઃખી થાય છે અને શોક કરતી હોય છે તે કુળનો સત્વર નાશ છે.[1] વળી જે ઘરમાં અપમાન પામેલી સ્ત્રીઓ શાપ આપે છે, એટલે દુઃખથી

---

૧. शोचन्ति जामयो यत्र विनश्यत्याशु तत्कुलम् । मनु.

'તમારૂં ભુંડું થજો' એવું બોલે છે તે ઘરો નક્કી શાપથી હણાયલાં છે અને તેમનો ચોતરફથી નાશ થાય છે.[1] જે ઘરમાં સ્ત્રી વસ્ત્રા-ભૂષણથી પ્રસન્ન તથા શોભાયમાન રહેતી નથી તે ઘરની સ્ત્રીઓ તેમના પુરૂષોને પ્રસન્ન કરી શકતી નથી અને પુરૂષોને હર્ષ નહિ થવાથી તેમનાથી તેને સારી સંતતિ થતી નથી અથવા પ્રજા મુદ્દલ થતી નથી.[2] જ્યારે ભર્ત્તા અને ભાર્યા (husband & wife) પરસ્પર પ્રીતિવાળાં રહે છે ત્યારે જ તેઓ ધર્મ, અર્થ અને કામ એ ત્રણ પદાર્થો મેળવી શકે છે.

ભગવાન્ મનુનાં ઉપલાં વચનો પ્રમાણે સ્ત્રીઓનો દરજ્જો સંસારમાં ઘણો ઉંચો છે, છતાં આપણે તેઓનો દરજ્જો ઘણો નીચો કરી નાખ્યો છે, અને એ દરજ્જો જ્યાં જેટલો નીચો છે ત્યાં તેટલા પ્રમાણમાં સંતતિ પણ નઠારી અને નીચાં વર્ત્તનવાળી પેદા થાય છે.

આર્ય ધર્મશાસ્ત્રે સ્ત્રીનો સત્કાર કરવાનું ફરમાવ્યું છે, એટલું જ નહિ, પણ તેને પુરૂષની 'અર્દ્ધાંગના' ગણેલી છે. સ્ત્રી એ પુરૂષનું અર્ધું અંગ છે, અને આટલી આ ભાવના જ સંસારમાં સ્ત્રીને ઉચ્ચપદે મૂકી શકે છે. પ્રકૃતિ (matter) વિના પુરૂષ (spirit) કાંઈ કરી શકતો નથી, તેની જ રીતે સ્ત્રી વિના પુરૂષ કાંઈ સારૂં કાર્ય કરી શકતો નથી. પુરૂષે દરેક કાર્યમાં અર્દ્ધાંગનાને સાથે રાખવી જ જોઇએ. આર્ય ધર્મશાસ્ત્ર પ્રમાણે કોઇ ધર્મકાર્ય કે ગૃહસ્થાશ્રમનું કાર્ય પતિએ પત્નીને સાથે રહીને કરવું જોઈએ.

આવી રીતે સ્ત્રી પુરૂષનું અર્ધું અંગ છે. અંગ્રેજીમાં 'અર્દ્ધાંગના' શબ્દને માટે 'better half' (બેટર હાફ) પદ વપરાય છે. એક નામમાં જ કેટલું બધું ગૌરવ છે ! 'good half', નહિ પણ 'better

---

૧. जामयो यानि गेहानि शपन्त्यप्रतिपूजिताः ।
तानि कृत्याहतानीव विनश्यन्ति समंततः ॥ मनु.

૨. यदि हि स्त्री न रोचेत पुमांसं न प्रमोदयेत् ।
अप्रमोदात्पुनः पुंसः प्रजनं न प्रवर्त्तते ॥ मनु.

half', એ જરા જોજો ! યૂરોપની પ્રજાએ સ્ત્રી નામથી જ નહિ પણ કૃત્યથી પણ 'better half', ગણી છે, અને આજ કાલ એ દેશોમાં જે કાંઇ ઉન્નતિમાં જોવામાં આવે છે તે સ્ત્રી સન્માનનો જ પ્રતાપ છે. યૂરોપ અને અમેરિકાની પ્રજા ભલે પારમાર્થિક ઉન્નતિમાં પાછળ હશે, પણ આર્થિક ઉન્નતિમાં ઘણી આગળ વધી છે. આપણે હાલમાં એ બન્નેમાં પાછળ પડયા છીએ. મનુનાં વચન પ્રમાણે આધુનિક કાળમાં તો દેવો–દિવ્ય પુરૂષો–યૂરોપિયન કુટુંબોમાં જ પાકે છે કે જ્યાં સ્ત્રીઓનું સંપૂર્ણ સન્માન છે. પરાક્રમી અને પુરૂષાર્થી પુરૂષો યૂરોપ તથા અમેરિકામાં જેવા પાકે છે એવા પરાક્રમી અને પુરૂષાર્થી પુરૂષો આપણા દેશમાં કાં નથી પાકતા ? તેનો ઉત્તર હું તો એટલો જ આપીશ કે આપણે સ્ત્રીઓનું સન્માન કરતા નથી; અરે તેમનું આપણે અપમાન કરીએ છીએ !

પુરૂષ અને સ્ત્રી એ બેને ભેગાં કરીને બોલો છો, ત્યારે તમે 'પુરૂષસ્ત્રી' નથી બોલતા પણ 'સ્ત્રીપુરૂષ' બોલો છો અને એવી રીતે બોલવામાં તો સ્ત્રીને પ્રથમ સ્થાને મૂકો છો, પણ કૃત્યમાં તમે તેને તમારાથી ઘણી વેગળી મૂકી દો છો; તમે '**રામસીતા**' નથી બોલતા પણ '**સીતારામ**' બોલો છો, પણ તેનો ભાવ સમજો છો ? '**સીતારામ**' બોલવામાં જ રામ અને સીતા રૂપ એક શરીરમાં સીતા better half જ ઠરે છે; કેમકે તેનો ઉચ્ચાર પહેલો થાય છે. યૂરોપીઅન લોકો સ્ત્રીઓને બેહદ માન આપે છે. તે રીતને આપણામાંના કેટલાક લોકો હસી કહાડે છે તથા વખોડી કાઢે છે; કુદરતી સૃષ્ટિમાં સ્ત્રી એ શું વસ્તુ છે, સંસારમાં સ્ત્રીનો દરજ્જો શું છે, અને સ્ત્રી એ પુરૂષના પુરૂષાર્થમાં કેટલી બધી ઉપયોગી છે, એ વાત આપણા અંતઃકરણમાંથી ખસી ગઇ છે, અને તેથી જ આપણે હસીએ છીએ ! મનુ મહારાજ કહે છે તે પ્રમાણે જે કુળોમાં સ્ત્રીઓનું સન્માન થતું નથી તથા જે કુટુંબોમાં પુરૂષોથી સ્ત્રીઓ સંતુષ્ટ રહેતી નથી તે કુળોનો સત્વર નાશ થાય છે, અને એ વાત આપણા દેશનાં ઘણાં કુટુંબોના ઇતિહાસથી સાબીતી થઇ શકે છે.

અહો, અર્દ્ધાંગના ! કેવું ઉંચું સ્થાન ! કેવું ઉંચું માન ! પરં

આપણે વર્તન જ ભૂલ્યા છીએ એમ નથી, નામ પણ ભૂલી ગયા છીએ ! વાંચનારાઓને પૂછવાની હું રજા લઇશ કે તમારા સંસારમાં તમને કદિ એવું ભાન થયું છે, અરે, સ્વપ્નું પણ આવ્યું છે, કે આ મારી 'અર્દ્ધાગના' છે, મારા અર્દ્ધા અંગની ભાગીદાર છે ! સ્ત્રીનું માત્ર બાહ્ય શરીર જુદું દેખાય છે, પણ તેનું અંતઃકરણ પતિના અંતઃકરણમાં મળી ગયું છે, અને તેનો આત્મા પતિના આત્મા સાથે મળી ગયો છે, એવું જ્યાં ભાન નથી અને જ્યાં એવા ઉત્તમ ભાવો નથી ત્યાં વિવાહ અને લગ્નની સર્વે વાતો નિષ્ફળ છે, અને જ્યાં લગ્ન નિષ્ફળ, ત્યાં પ્રજાની પણ નિષ્ફળતા !

પુરૂષના અંગોઅંગમાં સ્ત્રી અર્દ્ધાગરૂપે રહેલી હોવી જોઇએ; બાહ્ય દેખાતા સ્થૂલ અંગે જ નહિ, પણ પુરૂષનાં સર્વે સૂક્ષ્મ અંગોએ અને તે અંગોના એકેએક સૂક્ષ્મ અણુએ સ્ત્રી સંલગ્ન હોવી જોઇએ. સ્ત્રીપુરૂષનાં હૃદયો અને તેમનો આત્મા આવી રીતે એકરસ શી રીતે થઇ શકે અને સ્ત્રી પુરૂષની અર્દ્ધાગના શી રીતે થઈ શકે ? સ્ત્રીઓને સન્માન આપો, તેમને સંસારમાં સમાન દરજ્જો આપો અને તમારા અંતઃકરણથી તમે તેને પુજો, એટલે તે તમારી અર્દ્ધાગના બનશે. તમારા શરીરમાં તેમના શરીર મળી જશે, તમારા અંતઃકરણમાં તેમનાં અંતઃકરણ મળી જશે અને તમારા આત્મામાં તેમના આત્મા મળી જશે. 'પ્રેમનો બદલો પ્રેમ' એ એક સાદામાં સાદો પણ કદિ ખોટો ન પડે એવો સત્ય સિદ્ધાન્ત અને ડૉ. ફાઉલર કહે છે કે 'Love is a transmitting Agent', એ વાત સર્વથી ખરી છે, એટલું જ નહિ, પણ કવી **શેકસપીયર**ના બોલોમાં બોલીએ તો પ્યાર એ વશીકરણ છે; તે જબરામાં જબરૂ આકર્ષણ છે. "અરે સમય, બળ અને મૃત્યુ ! આ શરીર માટે તમારાથી થાય તે કરો. પણ મારા પ્યાર રૂપી ઇમારતનો પાયો એટલો બધો મજબુત છે કે તે સર્વે પદાર્થોને મધ્યબિંદુની માફક પોતાના તર્ફ ખેંચે છે." તમો સૌ એવા નિર્મળ પ્યાર વાળા થાઓ, સ્ત્રીઓને તમારા નિર્મળ પ્યાર વડે તમારા અર્દ્ધા અંગમાં સ્થાન આપો અને આવી રીતે શરીરથી, મનથી, અને આત્માથી એકરૂપ થએલાં તમારાં શરીરમાંથી દેવ જેવા પુત્રો અને દેવી જેવી પુત્રીઓને જન્મ આપો !

પ્રકરણ ૧૨ મું.

લગ્નના હક્ક.

"Restore woman to health, and give her what God has ordained as her birthright-the control of her own person-and the trade of the abortionist will soon cease."

DR. TRALL.

ડૉ. ટ્રૉલ કહે છે કે, સ્ત્રીઓને તેનું આરોગ્ય પાછું આપો, અને પરમેશ્વરે તેમને જન્મથી જે હક્ક આપ્યો છે—તેમના શરીર ઉપરનું સ્વસ્વામીત્વ—તે તેમને આપો એટલે ગર્ભસ્રાવ વખતે બોલાવવી પડતી સુયાણીઓનો ધંધો જલદી બંધ પડશે. ડૉ. ટ્રૉલ કહે છે કે સ્ત્રીઓનું આરોગ્ય તેમને 'પાછું' આપો, અને આમ બોલીને તે એમ કહેવા માગે છે કે સ્ત્રીઓનું આરોગ્ય તમે પુરૂષોએ લઇ લીધું છે! ડૉ. ટ્રૉલ કહે છે તે વાત ખરી છે? ડૉ. ટ્રૉલ તો પોતાના દેશના પુરૂષોને કહે છે. ત્યારે શું એ વાત આપણને લાગુ નથી પડતી? હું ધારૂં છું કે ડૉ. ટ્રૉલના દેશી ભાઇઓ કરતાં મારા દેશી ભાઇ-ઓને વળી આ વાત વિશેષ લાગુ પડે છે. આપણે આપણી સ્ત્રીઓનું આરોગ્ય હરી લીધું છે અને આપણે તેમના શરીરનું સ્વામીત્વ જુલ-મથી પચાવી પાડ્યું છે!

"પણ પુરૂષો તો સ્ત્રીઓના સ્વામી જ છે. હસ્તમેલાપ થયો ત્યારથી જ સ્ત્રીઓ પોતાના ધણીના કબજામાં આવી છે. તે પોતે જ પરણનાર પુરૂષને 'સ્વામીનાથ,' 'પતિ,' 'ધણી,' એવા નામથી બોલાવે છે, એટલું જ નહિ પણ તે પોતે પણ પતિની પાસે દાસી-

ભાવથી વર્તે છે. શાસ્ત્રો પણ એમ જ વર્તવાની આજ્ઞા કરે છે. તેમ છતાં ડૉ. ટ્રૉલ અને તમો તો પુરૂષોના ઉપર આરોપ મુકો છો અને સ્ત્રીઓના શરીરનો કબજો લેવો, એને જુલમ ગણો છો, તેનું શું કારણ છે ?"

સ્ત્રીઓના શરીરના સ્વામીત્વ વિષે પુરૂષોના અન્યાયની અને જુલમની વાત શી રીતે સમજાવવી, તેની મને સમજ પડતી નથી ! જેઓને ઈશ્વરે હૃદય આપેલ છે તેઓ તો આ વાત ઇસારામાં જ સમજી ગયા હશે, પણ હૃદય વિનાના લંપટ પુરૂષો ઇસારે સમજી શકે એમ નથી !

લગ્નના દિવસથી પુરૂષ પોતાની પરણેલ સ્ત્રીને પોતાના અંગમાં ધારણ કરીને તેને પોતાની અર્દ્ધાંગના બનાવે છે. એ વાત પાછલા પ્રકરણમાં જ કહેવામાં આવી છે, અને જ્યાં પુરૂષ પોતાની પરણેલી સ્ત્રીને પોતાના અર્દ્ધા અંગમાં સ્થાપે છે, ત્યાં જુદાપણાનો પ્રશ્ન જ ક્યાં રહે છે, અને ત્યાં 'સ્વામીત્વ' અને 'દાસત્વ' અથવા 'સ્વામીનાથ' અને 'દાસી' એવાં નામોની પણ આવશ્યક અપેક્ષા ક્યાં રહે છે ? હસ્તમેલાપના દિવસથી સ્ત્રી પોતાના શરીરનો, અરે, શરીરનોજ નહિ, હૃદયનો કબજો પણ પતિને, પ્રાણાધારને, સોંપી દે છે, એમાં જરા પણ શક નથી, અને પતિવ્રતા સ્ત્રીઓનો એ જ ધર્મ છે. પણ સ્ત્રી પોતાના પતિને પોતાનું શરીર સોંપી દે તેથી શું પુરૂષ તે શરીરનો ગેરઉપયોગ કરવાનો હક્ક ધરાવે છે ? સ્ત્રી પતિને 'પ્રાણાધાર' કહે છે તેનો અર્થ શું છે ? સ્ત્રીના પ્રાણોને—શરીરને—ધારણ કરવાથી જ તે 'પ્રાણાધાર' એવી મોટી પદવીને પ્રાપ્ત થયેલ છે; પણ સ્ત્રીના પ્રાણના આધાર શી રીતે બનવું, તે વાત તે સમજે છે ? પુરૂષોનું હાલનું વર્તન સ્ત્રીઓ પ્રત્યે જુલમ ભરેલું છે અને તેઓ એવા અયોગ્ય વર્તનથી સ્ત્રીઓના 'પ્રાણ—આધાર' નહિ પણ પ્રાણ—અરિ (પ્રાણના શત્રુ) બન્યા છે, એમ ઘણા અફસોસની સાથે કહેવું પડે છે.

જે કુટુંબોમાં પુરૂષોના લગ્નના ઉત્તમ ભાવો (ideal) ને જાણે છે અને પતિ તરીકે પોતાના કર્ત્તવ્યને સમજી શકે છે તથા તે પ્રમાણે

વર્તે છે તે કુટુંબોને માટે કે તેવાં ઉત્તમ (ideal) દંપતીને માટે ' લગ્નના હક્ક ' એવા કોઇ શબ્દોની પણ શબ્દ કોશમાં જરૂર નહોતી ! અને આર્યોના સમયમાં દંપતી વચ્ચે ' હક્ક ' એવા કોઇ કાયદાના શબ્દની જરૂર પડતી નહોતી. પણ જ્યારથી માણસોમાં લગ્ન દૈવી-ભાવો નાશ પામવા લાગ્યા છે અને માનુષી તથા આસુરી હવસની વૃદ્ધિ થઇ તથા પુરૂષોમાં પશુભાવ[1] સંબંધી પિશાચી હવસનું વિશેષ પ્રબળ થયું, ત્યારથી ' હક્ક ' ની ઉત્પત્તિ થઇ, અને ડૉ. ટ્રૉલ જે હક્ક તથા સ્વામીત્વની વાત કરે છે, તે આ છે !

ધન્ય છે સ્ત્રીઓને ! તેમણે તો તેમના શરીરનું સ્વામીત્વ પુરૂષોને સોંપી દીધું અને દાસત્વ પણ સ્વીકાર્યું ! પણ પુરૂષો ! પુરૂષો તેમના ' **પ્રાણનાથ** ' ક્યાં રહ્યા છે ? જો પુરૂષો ' **પ્રાણનાથ** ' પદને લાયક હોય તો સંસારમાં જે અનર્થો વધી પડયા છે તે વધત નહિ. એક તરફથી રોગી, દુર્બળ અને બેડોળ પ્રજાનો વધારો, બીજી તરફથી વંધ્યત્વ, (વાંઝીયાપણું), ગર્ભસ્રાવ, અને સ્ત્રીઓનાં અસહ્ય ગુપ્ત દરદો, અને ત્રીજી તરફથી છુટાછેડા (divorce), પુનર્લગ્નો, નાતરાં અને ગર્ભપતનના કલંકિત બનાવો, આ આપણા હાલના સંસારના ત્રાસદાયક બનાવો છે અને એનું સઘળું માન, સઘળી પહેરામણી અને સઘળી શોભા પુરૂષોને નહિ તો બીજા કોને આપવી ?

લગ્નના હક્ક (Matrimonial Rights) એ શબ્દો પશ્ચિમના શબ્દ કોશોમાં, પશ્ચિમની સમાજમાં, અને પશ્ચિમની કોર્ટોમાં ગાજી રહ્યા છે ! અને ત્યાંથી એ હક્કની વાતો આપણા દેશમાં પણ આવી પહોંચી છે ! આપણો સંસાર પણ એ પ્રમાણે રચાતો ચાલ્યો છે ! જ્યાં પુરૂષો અને સ્ત્રીઓ પોતાના પરસ્પર ધર્મોને ન સમજે ત્યાં

---

૧. પશુઓ તો બીચારાં માણસો કરતાં વધારે સારાં છે, કેમકે તેઓ તો ઋતુગામી છે, એટલે માત્ર પોતપોતાની ઋતુમાં જ નર તથા માદા પોતાના કુદરતી જાતિ વ્યવહારોનું (sexual intercourse) પાલન કરી પાછા કુદરતને આધીન થાય છે.

કાયદો વચ્ચે પડે, એ સ્વાભાવીક છે. રાજ્યના કાયદાઓ મહાન્ કુદ-રતના અવિચળ નિયમોને અનુસરીને રચાય છે અને જેઓ પોતાના કર્તવ્યને સમજતા નથી તેમને કુદરત તો શિક્ષા કરે છે, પણ રાજ્ય પણ શિક્ષા કરી શકે છે. એક માણસની કરેલી બદી તેના આખા વંશને બગાડે છે અને એવાં ઘણાં કુટુંબો આખા સંસારને અને દુનિઆં આખીને ભ્રષ્ટ કરે છે. પણ પુરૂષો પોતાના સંસારમાં કેવી મોટી બદી કરી રહ્યા છે તે વાતનું તેમને પોતાને પણ ભાન નથી. 'પ્યાર' અને 'પ્રજા' એ બે લગ્નના મુખ્ય હેતુ છે, તે હાલના સંસારમાં બરબાદ થયા છે, અને તે ઠેકાણે વિકાર (Passion) અને લંપટપણાનું રાજ્ય થયું છે ! સૌથી કુદરતી કાયદાઓનું જો ક્યાંઇ પણ વધારે ઉલ્લંઘન થતું હોય તો તે ધણી અને ધણીઆણી વચ્ચેના જાતિ (sexual) વ્યહવારમાં થાય છે. તેમનું આવું નાફ-રમાનપણું, તેમાંથી ઉત્પન્ન થતાં અકથ્ય દુઃખો, તથા વધી પડેલ વિષયવાસના અને ભ્રષ્ટતા એ સર્વે લગ્નના હક્ક સંબંધી અજ્ઞાનતા-માંથી પેદા થાય છે. લોકોને આ વિષયનું કશું જ્ઞાન નથી, અને કદિ કોઇએ કાંઇ એ સંબંધી જાણેલ હશે તો તે જ્ઞાન ઘણા ખોટા અને ભૂલ ભરેલા પાયા ઉપર રચાયું છે.

આપણી આસપાસના વિષયલંપટ સંસારમાં શારીરિક ટેવો—આદતો—અને વિકારોનું સામ્રાજ્ય ચાલી રહ્યું છે ! ખાવામાં, પીવામાં અને પહેરવામાં જેવી રીતે આપણે આદતો, સ્વાદો, અને ફેશનોને વશ થયા છીએ, એવી જ રીતે સ્ત્રી વ્યવહારમાં આપણે આદતો તથા વિકારોને વશ થઇને બેવકૂફીથી વર્ત્તીએ છીએ. શું કરીએ છીએ અને શા માટે કરીએ છીએ, તેનો આપણે કદી વિચાર પણ કરતા નથી. ખાનપાનની આદતોમાં બધા લોકો ભ્રષ્ટ થએલી ભુખ અથવા સ્વાદ સિવાય એક પણ નિયમને માન આપતા નથી, અને આરોગ્યશાસ્ત્રના સર્વે નિયમોને અનાદર કરીને તેઓ માત્ર પોતાના ભ્રષ્ટ થએલા સ્વાદ તૃપ્ત કરવા ખાય છે પીએ છે. તેઓની ભૂખ ખરી

છે કે ખોટી અથવા ખાવાનો ખોરાક ગુણ કરે એવો છે કે અવગુણ કરે એવો છે, તેનો પણ કશો વિચાર તેઓ કરતા નથી.

ખાનપાન સંબંધી બેદરકારી કરતાં પણ સંસાર ભોગવવા સંબંધી આપણી બેદરકારી ઘણી મોટી છે અને આપણી મનોવૃત્તિઓ ઘણા જ અવળે રસ્તે દોરવાઇ ગઇ છે. વડિલ વર્ગ તથા સ્ત્રી વર્ગની માફી માગીને મારે અત્રે જરા સ્પષ્ટ ભાષામાં જણાવવું પડે છે કે, ઘણા પુરૂષો પરણ્યા એટલે સ્ત્રીસેવન તો જાણે તેમનું નિત્યનું કર્મકાંડ થઇ પડે છે ! પુરૂષને જરા વિકાર થયો કે તે તે વિકારને તાબે થયો છે અને તેની તાબેદાર સ્ત્રીએ તેની આ પશુવૃત્તિને તાબે થવું જ જોઇએ ! તેણીએ પોતાના સર્વે સુખો, સગવડો અને પવિત્ર ઉમેદોને છોડી દઇને તેના પશુ જેવા ધણીના ક્ષણિક જુસ્સાને આધીન થવું જ જોઇએ !

કનિષ્ટ એટલે વધારે ઉતરતાં પ્રાણીઓમાં માદાઓ નર કરતાં આ વિષયમાં વધારે સત્તા ધરાવે છે. કોઇ પણ નર માદા ઉપર બળાત્કાર કરતો નથી, એટલું જ નહિ પણ કરવાને ઇચ્છતો પણ નથી. જ્યારે માદા નરના આલિંગનને માટે યોગ્ય સ્થિતિમાં હોય છે તથા ઇચ્છે છે, ત્યારે તે નરના પ્યારનો પ્રણય કરે (માગે છે) અને ત્યારે જ નરે માદાની ઇચ્છાને અનુસરે છે. આમ જ થવું જોઇએ, અને પુરૂષ તથા સ્ત્રી માટે પણ કુદરતનો આ જ નિયમ છે, જુદો નથી. આ બાબતમાં જ્યારે સ્ત્રીની ઇચ્છાને વધારે મહત્વ મળશે અને તેણીની ઇચ્છાને જ પુરૂષો અનુસરશે, ત્યારેજ આ પૃથ્વી ઉપરથી જન્મની સાથે જ મરેલાં, તથા બદશીકલ, બગડેલાં અને તાણી કાઢેલ (ઘણાં જ નબળાં) બચ્ચાઓનો નિકાલ થશે ! આવાં બચ્ચાં ભાગ્યેજ ઉછરીને મોટા થાય છે અને કદિ મોટાં થાય છે તો તેઓ તેમને પોતાને અને આ દુનિયાને આપત્તિ સમાન થઇ પડે છે.

કોઇ અજ્ઞાન પુરૂષને શંકા થશે કે જો આ વ્યવહાર સ્ત્રીની ઇચ્છા ઉપર રાખવામાં આવે તો વંશનો અટકાવ થાય. આવી શંકા કરનારાઓને સ્ત્રીજાતિ સંબંધી ઘણુંજ ઓછું જ્ઞાન છે; અને વળી

કુદરત સંબંધી એથી પણ ઓછું જ્ઞાન છે. સર્વે સ્ત્રીઓ જેઓ સમાન પ્રકૃતિમાં હોય છે તેઓ સંતાન માટે ઘણી જ પ્રબળ ઇચ્છા રાખે છે. બીજી બધી અભિલાષાઓ કરતાં આ અભિલાષા સ્ત્રીજાતિમાં ઘણી મજબુત હોય છે. એમ કહેવામાં આવે છે કે સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહેવો અને પ્રસવ થવો એ એક મોટી આફત છે. આ વાત સત્ય નથી. સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહેવો અને પ્રસવ થવો, એ નિયમ છે, અને તે ક્રિયા સાથે કાંઈ અકસ્માત કે આફત થવી, એ અપવાદ છે. જો સ્ત્રીઓ તંદુરસ્ત હોય તો તેમાં કાંઇ પણ જોખમ નથી. જો સ્ત્રીઓ રોગવાળી સ્થિતિમાં ગર્ભ ધારણ કરે અથવા ગર્ભ ધારણ કર્યા પછી પોતાના અજ્ઞાનથી કે તેમના ખાવિંદોની બેવકૂફીથી ગર્ભને હરકત પહોંચે, તો બેશક પ્રસવ વખતે તેમનો જીવ જોખમમાં આવી પડે અથવા છેવટે મુવેલું કે બદશીકલ બાળક અવતરે.

આ સર્વે વાતથી સિદ્ધ થઇ શકે છે કે સ્ત્રીઓને ખરાબ કરવામાં અને પ્રસવની ઘણીક પીડા તથા તેમના જાનને જોખમમાં નાખવામાં મુખ્ય હાથ તેમના ખાવિંદોની બેવકૂફીનો હોય છે. પશુ કરતાં પુરૂષ બેજ ! કૂતરાં પણ ઋતુગામી છે અને વર્ષમાં એક જ વાર તેમની ચોકસ ઋતુમાં જ ભેગા થાય છે !

ત્યારે શું સ્ત્રી—માણસજાતની માદા—ઋતુગામી નથી ? સ્ત્રીઓને પુરૂષ પ્રાપ્તિની ઇચ્છા માત્ર ઋતુના સમયમાં એટલે મહિનામાં એક જ વાર અને તે પણ ઋતુ (menses) આવી ગયા પછી થાય છે. ઘણા ખાવિંદો આ વાતથી અજ્ઞાન હોય છે, અને પુરૂષો અવિચારીપણાને લીધે ઘણીવાર સ્ત્રીઓની આ કુદરતી વૃત્તિ કૃત્રિમપણાને પામેલી હોય છે. સ્ત્રીની આ કુદરતી નિયમિત પ્રકૃતિમાં જો કાંઇ પણ વિકાર થતો હોય તો તેનો જવાબદાર તેનો ખાવિંદ છે. તથાપિ સ્ત્રીની ઋતુ સમયમાં પુરૂષ પ્રાપ્તિની જેવી પ્રબળ ઇચ્છા થાય એવી પ્રબળ ઇચ્છા બીજા કોઇ પણ પ્રસંગે થતી નથી, અને તેમ છતાં તે પોતાના પ્રાણાધાર (!)—વિષયલંપટ ખાવિંદની ઇચ્છાને આધિન થઇ પોતાના

શરીરનો ભોગ આપે છે, પોતાના શરીરને ભ્રષ્ટ કરે છે અને અનેક દરદો તથા જોખમોમાં પોતાની જીંદગી ઘણી જ દુઃખદાયક રીતે પૂર્ણ કરે છે ! આપણા સંસ્કારમાં આ ભ્રષ્ટતા ચાલી રહેલી શું આપણે જોતા નથી ?

પુરૂષ માંદો પડે છે તો સ્ત્રી તેના ઉપર સુકાય છે, ઓછી ઓછી થાય છે, અને મહિનાના મહિના વીતી જાય છે, તોપણ પોતાના અશકત ખાવિંદને તે કદિ પણ લલચાવતી નથી; અરે, તેને સ્વપ્નુ પણ ભાગ્યેજ આવે છે ! એથી વિપરીત વર્ત્તન જોવું હોય તો **પ્રાણાધાર**ની વાત કરીએ. **પ્રાણાધાર** ! સંસાર સુખની ભ્રષ્ટ થએલી મનોવૃત્તિઓ, હવસો અને ટેવોને વશ થએલ સ્વામીનાથ ! તેં તારી બહાદુરીમાં કદિ તારી અબળા સ્ત્રીની સંમતિ લીધી છે ! તેં તે આજ્ઞાંકિત અને ભલી સ્ત્રીની શકિત, સગવડ અને ઇચ્છાનો કદિ વિચાર કર્યો છે ? શું તું એમ સમજે છે કે સ્ત્રી તારી લંપટતાના વિકારોને તૃપ્ત કરવાનું એક યંત્ર માત્ર છે ?

સભ્યતાનો નિયમ આથી આગળ વધતાં મને અટકાવે છે. તથાપિ ફરીને કહેવું પડે છે કે પુરૂષો સંસારમાં સ્ત્રીજાતિને ઘણો અન્યાય કરે છે, અને એ અન્યાયનાં દુઃખો તે બન્ને પેટ ભરીને ભોગવે છે !

લગ્ન અને સ્ત્રીપુરૂષના સંબંધમાં હેતુ શું છે ? કુદરત આવા સંબંધથી આપણા પાસેથી શું માગે છે ? આ સંબંધમાં સ્ત્રીપુરૂષના હક્કો અથવા ધર્મો શું છે ? પરણીને આ પ્રશ્નો તમે કદિ તમારા મનમાં કર્યા છે ? જંગલી પશુઓના આ જાતિધર્મોમાં આ વિષય કાંઇ પણ ગુંચવણ ઉત્પન્ન કરતો નથી, કેમકે તેઓ કુદરતી પ્રેરણા પ્રમાણે વર્તે છે. ગુંચવણ ફક્ત માણસ જાતના ધર્મોમાં ઉત્પન્ન થઈ છે, અને એમ છતાં આશ્ચર્ય એ છે કે માણસો તેમને 'જંગલી પશુ' કહીને બોલાવે છે. આપણે આપણી મેળે જ આ વાતનો ઇનસાફ આપો

અને કહો કે 'જંગલી' તે એ બિચારાં આજ્ઞાપાળક પશુઓ કે કુદરતના નિયમોને તોડનાર આપણે માણસો? કોણ **જંગલી?**

કુદરત આપણી પાસે લગ્નદ્વારા જે માગે છે, તે એ જ કે, તમે તમારાં બે શરીરમાંથી એકાદ બીજાં વધારે ઉત્તમ શરીરને ઉત્પન્ન કરીને મને સોંપો. આ ક્રિયા લગ્નદ્વારા અને લગ્નના હક્કોદ્વારા કરવાની છે. બીજાં પ્રાણીઓ તો કુદરતની એ આજ્ઞાને માન આપી વર્તે છે. પણ શું માણસ એ આજ્ઞા પાળે છે? આ પ્રશ્નનો તપાસ થવો જોઇએ. વળી માણસ જાતના આ લગ્ન વ્યવહારમાં **સંતતિ** ઉપરાંત એક બીજો હેતુ છે. તે **પ્યાર** છે. પણ લગભગ આખી માણસ જાતની બગડેલી પ્રેરણા બુદ્ધિ અને કઢંગી આદતોને લીધે આ પ્રશ્ન વધારે ગુંચવાડા ભરેલો થઇ પડ્યો છે.

સર્વે શારીર શાસ્ત્રીઓ એક વાતમાં મળતા થાય છે. તે વાત એ છે કે, સંસાર જેમ જેમ વધારે ઉંચો અને વધારે સારો તેમ તેમ સંતતિ સંખ્યામાં વધારે થોડી પણ ગુણમાં વધારે ઉંચી થાય છે. હાલની સધરેલી (!) સમાજના અધમ સંસારમાં એથી ઉલટી સ્થિતિ જોવામાં આવે છે! છોકરાં સંખ્યામાં ઘણાં, પણ ગુણમાં ઉતરતાં! એક બીજો નિયમ એના જેવો જ સિદ્ધ થયો છે કે, જો ઋતુ અથવા દસ્તાન સંબંધી ઇંદ્રિય વિજ્ઞાનશાસ્ત્ર (Physiology) સંપૂર્ણ રીતે સમજાવવામાં આવે તથા સ્ત્રી ગર્ભ ધરવાને માટે લાયક કે નાલાયક હોય છે તે સંબંધી જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય, તો એક જ વખતના સંબંધથી સ્ત્રીને ગર્ભ રહી શકે. યાદ રાખવું કે લગ્ન અને લગ્નના હક્ક ઉત્તમ સંતતિને ઉત્પન્ન કરવા માટે છે, અને તેથી આ બીજા નિયમ ઉપરથી એવું પણ સાબીત થઇ શકે છે કે જેટલાં બાળકો પેદા કરવાં હોય એટલી જ વાર સંબંધ કરવો, અને વારંવાર નહિ! આ કુદરતી ઉત્તમ નિયમો મનુષ્ય સમાજ એક વખત પાળતી હતી (આર્યોના સમયમાં), કેમકે આર્ય લોકોના શાસ્ત્રોમાં તેમ જ આયુર્વેદના ગ્રંથોમાં એવા નિયમો બાંધેલા જોવામાં આવે છે. જ્ઞાન વિના

તથા તે નિયમોનું પાલન થયા વિના અનુભવનો સંભવ નથી. આશા છે કે નજીકના ભવિષ્યમાં નહિ તો ઘણું છેટેના ભવિષ્યમાં પણ આ ઉત્તમ નિયમોનું સમાજમાં પાલન થવા લાગશે અને પુરૂષો હાલની પશુવૃત્તિ છોડી દઈને ગર્ભાધાન માટેજ પોતાના અતિ ઉપયોગી વીર્યનો ઉપયોગ કરશે; અને આમ થશે ત્યારે જ સ્ત્રીવર્ગ પોતાની શારીરિક અને માનસિક પવિત્રતા જાળવશે, ત્યારેજ તે પોતાના આત્માનું ગૌરવ સાચવશે અને ત્યારે જ તે ઇચ્છા પ્રમાણે ઉત્તમ સંતતિનો વંશ આ સંસારમાં વધારશે.

પ્રકરણ ૧૩ મું.

બ્રહ્મચર્ય-વીર્યરક્ષણ.

आयुष्मन्तो मन्दजरा वपुर्वर्णबलान्विताः
स्थिरोपचितमांसश्च भवन्ति स्त्रीषुसंयताः ॥—भावप्रकाश.

"સ્ત્રીઓ વિષે સંયત એટલે મનોનિગ્રહથી વર્ત્તનારા પુરૂષો આયુષ્યમાન, ઘડપણ ધીમે ધીમે મોડું આવે એવા, શરીરે બળવાન, સારા વર્ણવાળા, અને સ્થિર તથા દૃઢ શરીરવાળા થાય છે."

વૈદ્યવર્ય **ભાવમિશ્ર** તેના ઉપલા શ્લોકમાં સ્પષ્ટ જણાવે છે કે સ્ત્રીઓ વિષે સંયત રહેવું. સંયત રહેવું એટલે મનોનિગ્રહથી અંકુશમાં રહેવું. આ એક પ્રકારનું **બ્રહ્મચર્ય** છે. આ પ્રકારનું બ્રહ્મચર્ય લગ્ન પછી પાળવાનું છે. તથાપિ ઉત્તમ અને બળવાન્ સંતતિ ઉત્પન્ન કરવા માટે લગ્ન પહેલાં પણ જે બ્રહ્મચર્ય પાળવાનું છે, તે તરફ તમારૂં લક્ષ

એવ્યા વિના ચાલે તેમ નથી; કેમકે લગ્ન અથવા સંસારની આખી ઇમારતનો પાયો જ એ **બ્રહ્મચર્ય** છે. હિંદી સમાજમાં આ બંને પ્રકારના બ્રહ્મચર્ય ઉપર હડતાલ દેવાણી છે ! અને સર્વત્ર ભ્રષ્ટતા, અ-પવિત્રતા, વિષયવાસના અને વિષયસેવનના કલંકિત પ્રકારો પ્રચલિત જોવામાં આવે છે !

બ્રહ્મચર્ય એટલે શું ? ઘણા અજ્ઞાન લોકો બ્રહ્મચર્યનો પુરો અર્થ પણ જાણતા નથી. **બ્રહ્મચર્ય** એટલે **વીર્યરક્ષણ.** પણ ઘણા તો **વીર્ય** એ શું વસ્તુ છે તે પણ જાણતા નથી ! જે વસ્તુનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન નહિ તેને જ્ઞાન શા માટે કહેવું ?

બ્રહ્મચર્ય એ આર્ય લોકોએ સ્થાપેલા ચાર આશ્રમોમાંના પ્રથમ આશ્રમનો પવિત્ર વિધિ છે. પ્રાચીન આર્યોએ પોતાના જીવનના ચાર વિ-ભાગ કર્યા હતા. પ્રથમ વયમાં **બ્રહ્મચર્ય** પાળવું, બીજી વયમાં **ગૃહસ્થાશ્રમ** ધર્મ પાળવો, ત્રીજી વયમાં **વાનપ્રસ્થ** થઇ એકાંત વાસ કરવો અને ચોથી વયમાં **સન્યાસ** લઇ સંસારની સર્વ વાસનાઓનો ત્યાગ કરવો. આ ચારે માણસની જીંદગીની સ્વાભાવિક સ્થિતિ છે. હાલ જો કે આશ્રમ ધર્મો તુટી ગયા છે, તોપણ ઉપર પ્રમાણે એ ચારે અવસ્થાના સ્વાભાવિક ભાવોની કાંઇક છાંયા ચાલી આવે છે. પહેલી અવસ્થા જે બ્રહ્મચર્ય ધર્મની છે તે ઘણીજ પવિત્ર અને નિર્વિકારી હોવી જોઇએ. જુવાનીનો સંપૂર્ણ પ્રાદુર્ભાવ થતા પહેલાંની અવસ્થા તે **બ્રહ્મચર્યાશ્રમ** છે. સંપૂર્ણ પવિત્ર રહીને બ્રહ્મચર્યધર્મ પાળી વીર્યનું રક્ષણ કર્યા પછી યોગ્ય ઉમરે લગ્ન કરવું અને સંસારમાં પડવું તેનું નામ **ગૃહસ્થાશ્રમ** છે. ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મથી બીજાંઓનું પાલનપોષણ કરવું અને ઉત્તમ સંતતિ ઉત્પન્ન કરવી. આ અવસ્થાનો ઠીક ઠીક ઉપભોગ લેતાં લેતાં સ્વાભાવિક રીતે જ સંસાર ઉપરથી આસક્તિ ઓછી થવા લાગે છે અને એકાંતવાસની ઇચ્છા થાય છે તે **વાનપ્ર-સ્થાશ્રમ** અને છેલ્લે સંસારની સર્વે વાસનાઓ છુટી જાય છે, તેનું નામ **સન્યાસ.** હાલ પહેલી વય વિદ્યાભ્યાસમાં જાય છે, પછી બેશક

સંસાર મંડાય છે અને શરીર શિથિલ પડે છે એટલે અનાયાસે વાનપ્રસ્થ થવાય છે. જેવી રીતે બાળકને જનોઇ આપીને વિદ્યાભ્યાસ માટે ગુરૂ પાસે કાશીએ મોકલવાની ક્રિયા માત્ર બડવો દોડાવવાના ફાર્સમાં પૂર્ણ થાય છે, એવીજ રીતે કેટલાક લોકો ખરા વાનપ્રસ્થ તો થતા નથી પણ સંસારના કામકાજમાંથી થોડી ફુરસદ મેળવીને એકાદ નાનીમોટી તીર્થયાત્રા કરી આવીને પાછો ગૃહસ્થાશ્રમ માંડે છે અને **સન્યાસ** તો મરણ પથારીમાં લેવાય છે !

પ્રાચીન આર્યોમાં પુરૂષો ઓછામાં ઓછું ૨૫ વર્ષની વયસુધી બ્રહ્મચર્ય પાળતા હતા, બીજા કેટલાક બ્રહ્મચારીઓ ૪૮ વર્ષની વય સુધી બ્રહ્મચર્ય પાળતા હતા, અને કેટલાક આખી જીંદગી સુધી નૈષ્ટિક બ્રહ્મચારી રહેતા હતા. સ્ત્રીઓ પણ ૧૬ વર્ષની વય સુધી, અને બીજી કેટલીક ૨૪ વર્ષની વય સુધી બ્રહ્મચર્ય પાળતી હતી. કોઇ પણ પુરૂષને ૨૫ વર્ષની વયની અંદર અને કોઇ પણ સ્ત્રીને ૧૬ વર્ષની વયની અંદર સંસારમાં પડવાની પરવાનગી નહોતી, અને ઉત્તમ પ્રકારથી બ્રહ્મચર્ય પાળવાની તે સમયે વ્યવસ્થા હોવાથી તેઓ લગ્ન પહેલાં પોતાની જીંદગી સંપૂર્ણ રીતે પવિત્રતાથી ગુજારતાં હતાં. એ કારણથી જ આર્ય પ્રજા વીર્યવાન્, બળવાન્ અને આયુષ્યમાન્ હતી.

વીર્યરક્ષણની બાબતમાં પ્રાચીન વૈદ્યકશાસ્ત્ર હાલના વિદ્વાન તબીબોના અભિપ્રાયને સંપૂર્ણ મળતું છે. આયુર્વેદના મહાન્ આચાર્ય **સુશ્રુત** લખે છે કે, " શરીરમાં ધાતુઓની વૃદ્ધિ ૧૬ થી ૨૫ વર્ષની વય સુધીમાં થાય છે. ૨૫ વર્ષે યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે. તે પહેલાં શરીરનાં સર્વ અંગો અને હાડકાં સંપૂર્ણ વિકાસ પામેલાં હોતાં નથી. ૨૫ થી ૪૦ વર્ષની વય સુધીમાં યૈાવનનું રક્ષણ થઇ સર્વ ધાતુઓ પુષ્ટ થાય છે. ચાલીશ વર્ષની વયે સર્વે ધાતુઓ સંપૂર્ણતાને પામ્યા પછી તે ધાતુઓ સ્વપ્ન પ્રસ્વેદ (પરસેવો) વગેરે દ્વારોથી નીકળવા માંડે છે અને એ જ વય (૪૦ વર્ષની) લગ્નને માટે યોગ્ય છે. હાલમાં આપણા બગડેલા સંસારના છોકરાઓ ૧૫ વર્ષની કાચી વયમાં

સંસારમાં પડે છે, અને એ રીતે બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરીને પાયમાલ થાય છે. ક્યાં ૪૦ અને ક્યાં ૧૫! સુશ્રુતની ભલામણ પ્રમાણે આ નિયમનો પશ્ચિમના દેશોમાં અમલ થાય છે, અને તેથી જ તે દેશોની પ્રજા વધારે વીર્યવાન્ અને બળવાન્ છે.

પુરૂષોનાં લગ્ન ૪૦ વર્ષની વયે કરવાં અને સ્ત્રીઓનાં લગ્ન ૨૫ વર્ષની વયે કરવાં, એ વાત સાંભળીને હાલનો હિંદુ સંસાર ખળભળી ઉઠશે અને કદાચ મને થોડી ગાળો પણ ચોપડાવશે! હું જાણું છું કે હાલના ભ્રષ્ટ સંસારમાં અને ટુંકા આયુષ્યમાં સુશ્રુતના અભિપ્રાય પ્રમાણે આપણે એ નિયમ અમલમાં મુકી શકીએ એવી સ્થિતિમાં નથી. સુશ્રુતના સમયમાં ૧ થી ૧૫ વર્ષની વય બાળ અવસ્થા ગણાતી હતી, તથા ૧૬ થી ૭૦ વર્ષની વય મધ્ય અવસ્થા ગણાતી હતી અને ૭૧ થી ૧૦૦ વર્ષની વય વૃદ્ધ ગણાતી હતી. સ્ત્રીઓ ૩૨ સુધી તરૂણી, ૫૦ સુધી પ્રૌઢા, અને ૫૦ પછી વૃદ્ધા ગણાતી હતી, અથવા સુશ્રુત આચાર્ય પોતે એ પ્રમાણે ગણવાનું ફરમાવે છે. વળી તે કહે છે કે "માણસના શરીરમાં ૨૦ સુધી વૃદ્ધિ, ૩૦ સુધી યૌવન, ૪૦ સુધી સંપૂર્ણતા, અને ૭૦ સુધી થોડી હાનિ (ઘટાડો) અને તે પછી ક્ષીણતા થાય છે." તે સમયે માણસના આયુષ્યની સરાસરી ૧૦૦ વર્ષની ગણાતી હતી અને એ આયુષ્યના પ્રમાણમાં બ્રહ્મચર્યના તથા લગ્નના નિયમો બાંધ્યા હતા. આજ આયુષ્ય ટુંકું થયું છે તેના પ્રમાણમાં આયુષ્યના અને આશ્રમના વિભાગો ઓછાં વર્ષથી ગણવા જોઇએ, એમ તો હું પણ કબુલ કરૂં છું. પણ આયુષ્ય ટુંકું શાથી થયું, તે કોઇ કહેશો? દેશ એજ છે, લોકો એજ છે અને કુદરત (હવા, પાણી, વગેરે) પણ એ જ છે, છતાં આયુષ્ય ટુંકું શાથી થયું? આનો ઉત્તર એક જ મળવાનો, અને તે એ જ કે આપણે બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરવા માંડયો. બ્રહ્મચર્યનો ભંગ થવા લાગવાથી પ્રજા નિર્બળ અને અલ્પાયુષી થવા લાગી. તેના પરિણામમાં વિષયવિકારો વહેલા ઉત્પન્ન થવા લાગ્યા અને તેથી લગ્ન પણ વહેલાં

વહેલાં થવા લાગ્યાં. તથાપિ જે ક્રમથી માણસ જાત બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરીને અલ્પાયુષી થતી ગઇ તે જ ક્રમથી તે બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવા માંડે તો પૂર્વના જેવું દીર્ઘાયુષ પ્રાપ્ત થાય કે નહિ ? માણસ જાત શરીરબળથી અને મનોબળથી નિગ્રહી અને નિયમી થવા લાગે તો એવો પણ સમય આવે કે જ્યારે તેના વંશજો પૂર્વના જેવું બ્રહ્મચર્ય પાળનારા પ્રતાપી અને પરાક્રમી થાય, અને ભવિષ્યમાં થશે, એવું હું ખાત્રીથી માનું છું.

બ્રહ્મચર્ય અવસ્થામાં એટલે લગ્ન પહેલાં મનોનિગ્રહથી (restraint of mind) પવિત્ર જીંદગી ગાળીને વીર્યનું રક્ષણ કરવું, એ લગ્ન પૂર્વના બ્રહ્મચર્યનો મુખ્ય હેતુ છે. પણ પ્રથમ કહ્યા પ્રમાણે, સંસારમાં પડયા પછી પણ સ્ત્રી પુરૂષોએ બ્રહ્મચર્ય પાળવાનું છે. ' આહાર-વિહારના નિયમો ' એ વિષયના પ્રકરણમાં આ વિષે વધારે સ્પષ્ટ ખુલાસો કરવામાં આવ્યો છે.

સંસાર ભોગવનારાં નરનારીઓમાં એક ઘણી કમનશીબ અને મૂર્ખતા ભરેલી સમજણ ચાલે છે, તે વિષે થોડો પ્રસારો કર્યા વિના ચાલતું નથી. તેઓ એવું માને છે કે શરીરની ઇંદ્રિયોને એકવાર સારી રીતે તૃપ્ત કરીએ એટલે પછી તે વસ્તુ વિના ચલવી લેશું. આ અભિપ્રાય ઘણો જ ભૂલ ભરેલો છે. વિષયોની તૃપ્તિ જ થતી નથી, અને જેમ જેમ તેનું વધારે સેવન થાય છે તેમ તેમ તે તેના સેવનારને વધારે વિકારી અને વધારે આસક્ત બનાવે છે. મહાત્મા મનુ કહે છે કે " વિષયો ભોગવવાથી વિષયની કદિ શાંતિ થતી નથી, પણ અગ્નિમાં ઘી નાખવાથી જેમ અગ્નિની વૃદ્ધિ થાય છે, તેમ કામની પણ વૃદ્ધિ થાય છે.[1] મનનો ધર્મ એવો છે કે જો તે સદાચારમાં અને સદ્‌વિચારોમાં પ્રવર્તે તો સદાચારી બનતું જાય છે અને જો તે દુરાચાર અને દુર્વિચારોમાં પ્રવર્તતું જાય છે તો તે દુરાચારી બનતું જાય

---

१. न जातु कामः कामाना मुपभोगेन शाम्यति ।
हविषा कृष्णवर्त्मेव भुय एवाभिवर्द्धते ॥ —मनु—

છે. જેમ કોઈ વસ્તુનો એકવાર ઉપયોગ કરવાથી તેની બીજીવાર ઇચ્છા થાય છે અને બીજીવાર ઉપયોગ કરવાથી ત્રીજીવાર એથી પણ વધારે પ્રબળ ઇચ્છા થાય છે અને ઇચ્છામાંથી માણસ આસક્ત (addicted) બની જાય છે. આ જીભનો વિષય છે. બીજા સર્વ વિષયોનું એ જ રીતે સમજી લેવું.

પણ વિષયલંપટ માણસો આ વિષે કશો વિચાર કરતા નથી. તેઓ વિષયલંપટ બનીને પોતાના શરીરની પાયમાલી કરે છે એટલું જ નહિ પણ પોતાની સ્ત્રીની અને પોતાના સંતાનોની પણ પાયમાલી કરે છે. ઘણાંખરાં જોડાંઓ સંસારધર્મના અજ્ઞાન સાથે સંસારમાં પડે છે, અને તેથી ખરી કે ખોટી આદતો બંધાવા માંડે છે, જે પાછળથી મજબુત થાય છે અને આખી જીંદગી સુધી છુટતી નથી. સ્ત્રીસેવન એ તો ઘણા પુરૂષોના વર્તનમાં એક આદત થઇ પડે છે અને જેવી રીતે તેમને નિત્ય ખાધા પીધા વિના કે ઉંઘ વિના ચાલતું નથી તેમ સ્ત્રીસેવન વિના પણ ચાલતું નથી ! કેટલાક મૂર્ખ પુરૂષો તો તેમાં જ સર્વ પુરૂષત્વ, તેમાં જ સર્વ પરાક્રમ અને તેમાં જ સર્વ સુખની અવધિ માને છે ! પણ વૈદ્યકશાસ્ત્ર અને અનુભવ એમ સિદ્ધ કરી આપે છે કે, માણસ જેમ વધારે આસક્ત તેમ તેને વધારે નિર્બળ સમજવો અને જેમ વધારે મનોનિગ્રહી તેમ તેને વધારે પુરૂષાતનવાળો સમજવો. અહા ! આ વિચારમાં અજ્ઞાન જુવાનો ભારે ભૂલમાં પોતાના તન મનનો નાશ કરી રહ્યાં છે ! ભરથારોએ બ્રહ્મચર્ય પાળવું જોઇએ અને ઋતુગામી* થવું જોઇએ; ઋતુના દિવસો સિવાય તેણે કોઇ પણ કારણથી સ્ત્રીગમન નહિ કરવું. રોગી સ્ત્રીઓની વૈદ્યો અને ડાકટરો

---

* **ऋतौ भार्यां मुपेयात्–(भावप्रकाश)** સ્ત્રી રજસ્વલા થાય અને રજનો નિકાલ થયા પછી તે સ્નાન કરીને શુદ્ધ થાય ત્યારે તે ગર્ભ ધારણને યોગ્ય બને છે અને એ સમયમાં તે પુરૂષ પ્રાપ્તિની ઇચ્છા કરે છે, માટે જે પુરૂષ તે ઋતુમાં જ સ્ત્રીસંબંધ કરે અને તે સિવાય બ્રહ્મચર્ય પાળે તે ' ઋતુગામી ' કહેવાય.

વરસોનાં વરસો સુધી દવાદારૂ કરે છે. આ દરદો શું છે? તે પુરૂષોના બ્રહ્મચર્યના ભંગનું અને તેમના વિષયાંધપણાનું જ પરિણામ છે! ઘરમાં ધણી કે ધણીઆણીને મંદવાડ આવે છે અને તે મંદવાડ ઘર આગળ ઘણા દિવસ સુધી પણ મટતો નથી ત્યારે તેનો ડૉક્ટર તેને ઘરથી છેટે લઈ જવા ફરમાવે છે અને એમ કરવાથી તે ઘણું કરીને જલદી સુધરે છે. ડાક્ટરની મદદની જરૂર ન પડે તેને માટે ધણીધણીઆણીએ મંદવાડના સમયમાં કેમ વર્તવું, એ વિષે ડાક્ટર સાહેબ આ બન્ને પક્ષકારોને (સ્ત્રી તેમ જ પુરૂષને) યોગ્ય સલાહ આપવા સંબંધી પોતાની ફરજ ન બજાવે તેને માટે હું ડાક્ટર સાહેબ ઉપર આરોપ મુકતો નથી, કારણ કે આ વિષયમાં બીજાઓ જેટલા અજ્ઞાન છે એટલા જ અજ્ઞાન ઉપચારકો છે! સ્ત્રીઓનાં ગર્ભાશયનાં દરદો સ્ત્રીઓને સ્ત્રીઓની હૉસ્પીટલોમાં રાખીને દવાદારૂ કરવાથી જલદી સુધરી શકે છે અને ઘર આગળ ગમે એવા ઉપાયો કરવાથી પણ સુધરતાં નથી, એનું કારણ એ છે કે દરદીનું દરદ મટાડવામાં કુદરત અથવા ઉપચારક જે કાંઇ સુધારાની ક્રિયા કરી રહ્યો હોય છે તેને તેનો અજ્ઞાન ધણી ધૂળ મેળવે છે!

પરણેલાં નરનારીઓના બ્રહ્મચર્ય અને સંસારસેવનની મુદત વચ્ચેના અંતરનો સૌને માટે એક સરખો નિયમ બાંધી શકાતો નથી; કેમકે તેમાં ઘણી બાબતો જોવાની છે; શરીરનો બાંધો, સ્વભાવ, ધંધો, કસરત, અને ઉમર એ સર્વ વાતો તેમાં જોવાની છે. જયારે અઠવાડીયામાં એક દિવસ પણ વધારે છે, ત્યારે ઘણાંક જોડાંને માટે એક માસનું અંતર પણ ઘણું ઓછું છે. વિદ્વાન્ શારીર શાસ્ત્રીઓ અને ધર્માચાર્યો ઢોલ વગાડીને આ વાત કહે છે, છતાં હાલના ગમાર જુવાનો જીંદગીને કલંકિત કરવામાં પાછું વાળી જોતા નથી!

સ્ત્રીસેવનનો હેતુ ગમે તો પ્યાર હો કે ગમે તો ગર્ભાધાન હો, ગમે તે હો, પણ એટલી વાત તો અવશ્ય ધ્યાનમાં રાખવાની છે કે એ ક્રિયા બન્ને પક્ષને બનતાં સુધી અનુકૂળ અને પસંદ હોવી જોઇએ.

જો એક પણ પક્ષ અનુકૂળ સ્થિતિમાં ન હોય તો, ખરેખાત, તે એક પ્રકારનું નિર્દયપણું છે; એટલું જ નહિ પણ જો તે ક્રિયા બન્ને પક્ષને રૂચિકર અને આનંદદાયક નહિ હોય તો તેમાંથી જો કદિ બચ્ચું થાય તો તે બચ્ચું ઘણું જ અપૂર્ણ થવાનું. ડૉ. ટ્રૉલ કહે છે કે[1] બન્ને પક્ષ વચ્ચે એ સમયે મનનું ઐક્ય (mental harmony) હોવું જોઇએ. દરેકમાં શરીરથી, મનથી, અને બુદ્ધિથી પોતાના ભાગીદારના આખા સ્વભાવને અનુસરવાની શક્તિ હોવી જોઇએ. એટલે લગી કે તેમાં અભાવ અથવા અનાદરની છાયા પણ નહિ હોવી જોઇએ.

વળી, બ્રહ્મચર્ય નહિ પાળવાથી ઘણા પુરૂષો થોડા સમયમાં જ પુરૂષત્વ વિનાના થાય છે. કેટલાક પુરૂષો પોતાની આ શક્તિ લગભગ વૃદ્ધાવસ્થામાં દાખલ થતાં ટકાવી રાખે છે અને કેટલાક પુરૂષો જુવાનીમાં જ શક્તિ ગુમાવી બેસે છે; પહેલા વર્ગના પુરૂષોમાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન એ કારણ છે, અને બીજા વર્ગના પુરૂષોમાં અતિયોગ એ કારણ છે.

વિર્ય—બ્રહ્મચર્ય પાળવાથી વીર્યરક્ષણ થાય છે, અને વીર્ય રક્ષિત રહેવાથી તે વીર્યથી સારી પ્રજા ઉત્પન્ન થાય છે. માટે વીર્ય શું વસ્તુ છે, એ વિષે સંક્ષેપથી કહીશું. **આપણે નિત્ય જે કાંઇ ખાઈએ છીએ તેનું છેવટનું સત્વ એ વીર્ય છે."** એ નિયમમાંથી એક બીજો વધારે ઉપયોગી નિયમ એ નીકળે છે કે **" આપણે જેવો ખોરાક ખાઇએ છીએ એવું આપણું વીર્ય બને છે. "** આપણે જે ખાઇએ છીએ તેમાંથી પ્રથમ રસ બને છે, પછી લોહી બને છે, પછી માંસ, પછી મેદ, પછી અસ્થિ, પછી મજ્જા અને પછી શુક્ર, એટલે **વીર્ય** બને છે. આ **વીર્ય** એ જ શરીરનું બળ છે, અને તેથી બળવાન્ પુરૂષને **વીર** કહેવામાં આવે છે. શુદ્ધ વીર્ય ઠંડું છે, સ્નિગ્ધ (ચીકાસવાળું) છે, મધના ગંધવાળું છે, સ્વાદે મીઠું છે અને ઘાટું

---

૧. Each must be able to respond to the whole nature of the other-bodily, morally, and intellectually to that eztent that there zhall be no sense of discord, no feeling of repugnance. DR. TRALL.

છે; તે રંગે સ્ફટિક જેવું ધોળું તથા પારદર્શક હોવું જોઈએ. જે વીર્ય આવું સ્વચ્છ તથા ઘટ્ટ નથી હોતું તે વીર્ય ઉત્તમ પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાના કામનું નથી, અને કદિ તે વીર્યમાંથી પ્રજા થાય છે તોપણ તે પ્રજા, રોગી, નબળી કે અલ્પ આયુષ્યવાળી હોય છે. જે વીર્ય અશુદ્ધ હોય છે તે રંગે મેલું તથા શરીરના દોષ પ્રમાણે જુદા જુદા રંગનું તથા વર્ણનું હોય છે. દોષવાળું વીર્ય ખરાબ વાસ મારે છે, પાતળું પડી જાય છે, અને ચિકાસવગરનું હોય છે, તથા ઘણીવાર ઘણું ગરમ પણ હોય છે.

વીર્ય ક્યાં રહે છે, એ એક ગુપ્ત ભેદ છે. તે આખા શરીરમાં રહે છે. જેવી રીતે દુધમાં ઘી અને શેરડીમાં રસ ગુપ્તપણે રહેલ છે, એવી જ રીતે વીર્ય આખા શરીરમાં ગુપ્ત રીતે રહેલું છે. જેમ દુધનું મથન કરવાથી તેમાંથી ઘી જુદું તરી આવે છે, એવી જ રીતે વીર્ય શરીરમાંથી ખેંચાઇને એક સ્થાનમાં એકત્ર થાય છે, જેવી રીતે ઝાડનો તથા પેસાબનો રેચ લેવાથી રેચ લાગે છે અને તે શરીરમાંથી ખેંચાઇ બહાર નીકળી પડે છે, એવી જ રીતે વીર્યનો રેચ કરનારી વસ્તુઓથી વીર્યને પણ રેચ લાગે છે. સ્ત્રીવિષે મનમાં કરેલો સંકલ્પ, સ્મરણ, સ્પર્શ, આલિંગન, ઇત્યાદિ ચેષ્ટાઓ વીર્યનો રેચ કરનારી છે, અને ખાનપાનની કેટલીક વસ્તુઓ તેને ઉત્તેજન આપે છે.

વૈદ્યકશાસ્ત્ર વીર્યનું આવું વર્ણન આપે છે. એ ઉપરથી એટલું તો નક્કી થાય છે કે, શુદ્ધ અને સારા ખાનપાનથી વીર્ય શુદ્ધ તથા સારૂં થાય છે અને મનને કાબુમાં રાખી વર્ત્તવાથી તેમજ શુદ્ધ અને સાત્વિક ખાનપાનથી વીર્યનું રક્ષણ થાય છે. જે નાદાન છોકરાઓ બ્રહ્મચર્યાવસ્થામાં જ ખરાબ ટેવોથી બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરે છે તેમના વીર્યનો એટલે બળનો કાચી ઉમરથી જ નાશ થાય છે; પણ તેને માટે તે છોકરાઓ જવાબદાર નથી પણ તેમનાં માબાપ જવાબદાર છે, કેમકે તેમનાં માબાપે પોતાના સંસારમાં બ્રહ્મચર્યનો ભંગ કરેલો હોય છે.

બાળકમાં પણ વીર્ય હોય છે પણ તે અપક્વ હોય છે. ફુલની કાચી કળીઓમાં ગંધ તો હોય છે, પણ તે ગંધ પ્રત્યક્ષ નાકને મા-

લગ્ન પડતો નથી. એવી જ રીતે બાળકના વીર્યનું સમજવું. ફુલ ખીલે છે ત્યારે જ તેનો સુંદર વાસ પ્રગટ થાય છે. બાળકો પણ ખીલે એટલે સંપૂર્ણ અવયવવાળાં અને પૂર્ણ જુવાનીમાં આવે છે ત્યારે જ તેમનામાં ખરૂં વીર્ય પ્રગટ થાય છે. હાલના નવા વૈદ્યકશાસ્ત્ર પ્રમાણે વીર્યમાં વીર્યજંતુઓ (spermatozoids) છે. વીર્યમાં આ જંતુઓ ચોક્કસ ઉમરે પ્રગટ થાય છે. એ જંતુઓ જ ગર્ભોત્પાદક બીજ છે. એમ કહે-વાય છે કે ચૌદ વર્ષ સુધીની વયના બાળકના વીર્યમાં જંતુઓ હોતા નથી, અર્થાત્ એ ઉમરનો બાળક ગર્ભાધાનની ક્રિયાને માટે નાલાયક છે. આ સ્થળે એ બીજી વાતનું પણ સ્મરણ કરાવવું જોઇએ કે વિષ-યની વાસના થવી, અથવા તંતુઓનું ઉશ્કેરાવું, એ બે જ લક્ષણો કાંઇ સંપૂર્ણ યુવાવસ્થાને માટે કે ગર્ભાધાનની ક્રિયાને માટે બસ નથી. વીર્યમાં આ જીવનનાં બીજો ઉત્પન્ન થયા પહેલાં પણ વાસના થાય છે, અને તંતુઓ ઉશ્કેરાય છે, પણ જો તે વિર્ય ગર્ભાધાન કરી શકતું નથી તો તે વીર્ય પરિપૂર્ણ પકવ નથી, એમ સમજવું, અને એવી ખોટી વાસના કે ઉશ્કેરણીને વશ થઇને અપકવ વીર્યનો ગેરઉપયોગ કરવાની ભૂલ કરવી નહિ.

પ્રકરણ ૧૪ મું.

આહાર વિહારના નિયમો.

The more nearly the parties live in accordance with physiological habits, especially in the matters of food, clothing, and exercise, the more nearly normal will be their sexual inclinations, and the less need have they of subjecting their desires to tye restraints or control of reason.

DR. TRALL.

પુરૂષોના વીર્ય અને સ્ત્રીઓના રજ (સ્ત્રીબીજ) ઉપર આહાર વિહાર ઘણી પ્રબળ અસર કરે છે. મનોનિગ્રહનો અને બ્રહ્મચર્યનો પણ તેના ઉપર મોટો આધાર છે. માટે આ નીચે આહારના તથા વિહારના કેટલાક નિયમો આપવામાં આવે છે. નિયમો પાળનારાં સ્ત્રીપુરૂષો મનોનિગ્રહ, પવિત્ર અંતઃકરણવાળાં અને સદાચરણી રહી શકે છે અને એવાંજ બાળકો ઉત્પન્ન કરે છે.

આહાર સંબંધી નિયમો:—

૧. સ્ત્રીપુરૂષોએ પોતાનો આહાર ઘણો જ સાદો રાખવો. ઘઉં, બાજરી, જાર, ચોખા, તુવેર, મગ, અડદ, ચણા, વટાણા, ઇત્યાદિ ધાન્ય, તરકારી અને સાદો મશાલો, ઘી, દુધ, છાશ, ઇત્યાદિ ખોરાકની ચીજો સર્વદા ખાવા લાયક છે અને તેમાંથી પણ જે ખોરાક જેની પ્રકૃતિને બંધ બેસતો હોય અથવા ટેવાયેલ હોય તે ખોરાક ખાવો.

૨. તામસી તથા લોહીને તપાવનાર અને બુદ્ધિને બગાડનાર ખોરાક ખાવો નહિ. બહુ મરચાં, બહુ ગરમ મશાલા, અને બહુ અથાણાં ખાવાં નહિ, કેમકે તે સર્વ ખોરાક લોહીને તપાવે છે, બગાડે

છે, અને ખસ, ખરજવાં વગેરે ચામડીના રોગો ઉત્પન્ન કરે છે.

૩. મિષ્ટાન્ન, માલમલિદા અને ખાંડ, સાકર મોટા જથ્થામાં ખાવાનો અભ્યાસ લોહીને બગાડે છે, એટલું જ નહિ. પણ હોજરી તથા જઠરને બગાડી અજીર્ણ વગેરે રોગો ઉત્પન્ન કરે છે, માટે આ પદાર્થો પ્રસંગે ખાવા અને બહુ જ થોડા પ્રમાણમાં ખાવા.

૪. ખાવા ઉપર બહુ આસક્તિ રાખીને ખાઘોડ બનવું નહિ, કેમકે તેથી સ્વાદેન્દ્રિયને ટેવ પડે છે અને શરીર તેમજ બુદ્ધિ ભ્રષ્ટ થાય છે.

૫. આહાર બે વખત કરવો; સવારે દશ વાગે અને સાંજે ૭ સાત વાગે; વારંવાર ખાખા કરવું નહિ કે વારંવાર પીપી કરવું નહિ.

૬. માંસાહાર કરવો નહિ. માંસાહારનો નિષેધ હું વૈદક નિયમ ઉપર કરૂં છું. પૃથ્વીની પ્રજાઓનો મોટો ભાગ અને વિશેષ કરીને ગામડાંના સાદા લોકો વનસ્પતિના આહાર ઉપર જીવે છે. આયર્લાંડની હલકા વર્ગની પણ ખુબસુરત સ્ત્રીઓ વિશેષ કરીને પટેટા ઉપર નિર્વાહ કરે છે. લેન્કેશાયર અને ચેશાયરના ગામડીઆ લોકો પટાટા તથા છાશ ખાઇને જીવે છે, અને તેમ છતાં તે સૈાથી વધારે સુંદર લોકો તરીકે પ્રસિદ્ધ છે. યૂરોપનાં બધાં ગામડાંઓના ગામડીઆઓ અને એશિયાખંડની વસ્તીનો મોટો ભાગ વનસ્પતિના આહાર ઉપર જીવે છે. શરીર બળ માટે અને સંકટો સહન કરવા માટે વખણાયલા સ્પાર્ટન લોકો વનસ્પતિનો જ આહાર કરતા હતા. ઉત્તમ સંતતિની ઇચ્છા રાખનારાં માબાપોએ પોતાના ખોરાકમાંથી માંસાહારનો બહિષ્કાર કરવો એવી હું ભલામણ કરૂં છું.

૭. મદ્ય, તથા બીજા માદક વ્યસનોને પડખે પણ ચડવું નહિ. તમાકુ, અફીણ તથા ગાંજો પણ બુદ્ધિનો તેમજ શરીરનો નાશ કરે છે.[1]

---

1. Feed men on highly spiced foods, give them *Wine* and beer as drinks and sensuality will increase. Feed them on natural, plain, rich, nutritious, but unstimulating food and the sOcial vice will gradually disappear.

DR. TRALL.

૮. ચા, કોફી, બીજાં અનેક બનાવટી પીણાં, દવાઓ અને ઉત્તેજક વૈદ્યોની શક્તિ-આપનાર ગોળીઓને તમારા ઘરમાંથી સત્વર દેશવટો આપો. આ ચીજોને તમો જરૂર પડે ત્યારે જ વાપરો. અને તેને તમારી શોખની કે નીત્યના વ્યસનની વસ્તુઓ નહિ બનાવો.

૯. તરસ મટાડવા માટે નિર્મળ તાજું પાણી પીઓ અને તમામ શરબતો, આઈસક્રિમ, સોડાવોટર, લેમોનેડ, રાશબરી અને બીજી બધી બરીઓ તથા નેડ, રેડ, છેડાનાં નામવાળાં પીણાંઓને તમારા ઘરમાંથી રજા આપો.

૧૦. તમો જેમ બને તેમ કુદરતી તાજો ખોરાક ખાઓ અને બનાવટી સડેલા ખોરાકને બંધ કરો.

વિહાર અથવા વર્તન:—

૧૧. '**બ્રહ્મચર્ય**' વાળા પ્રકરણમાં કહ્યા પ્રમાણે બ્રહ્મચર્ય પાળવું. મનથી, વાણીથી અને કર્મથી, એ ત્રણે રીતે બ્રહ્મચર્ય પાળવું. મનમાં વિષયના વિચારો કરવા તે માનસિક સંભોગ છે, અને વાણીથી વિષય સંબંધી વાતો કરવી, એ પણ વિષયસેવન છે, કેમકે તેથી પણ વીર્યનો રેચ થાય છે.

૧૨. વિષયલંપટ માણસોની કદિ પણ સોબત કરવી નહિ.

૧૩. એકપત્નીવ્રત પાળવું, એટલે પોતાની સ્ત્રી સિવાય અન્ય સ્ત્રીઓ તરફ પવિત્ર દૃષ્ટિથી જોવું; અને સ્ત્રીએ એકપતિવ્રત પાળવું; દૃષ્ટિદોષથી પણ વીર્યની હાનિ થાય છે.

૧૪. રજસ્વલા, ગર્ભિણી તથા પતિત એટલે વ્યભિચાર વગેરે દુષ્ટ કર્મથી ભ્રષ્ટ થયેલી (degraded) સ્ત્રીનો ત્યાગ કરવો.[1]

૧૫. રોજ બે વાર સ્નાન કરવું, પવિત્રપણું રાખવું અને સદાચાર પાળવો.

૧૬. વહેલું સુવું અને વહેલું ઉઠવું, અને પાછલી રાતમાં જાગ્યા પછી પથારીમાં આળોટતા પડી રહેવું નહિ.

---

૧. रजस्वलां न गच्छेत गर्भिणीं पतितां तथा ॥

૧૭. નવરા બેશી રહેવું નહિ, આળસુ થઇ પડી રહેવું નહિ. કાંઇ પણ ઉદ્યોગ કરવો, ધર્મ પરાયણ રહેવું, ઇશ્વર ભક્તિ કરવી અને ખુલ્લી હવામાં થોડીક વાર ફરી આવવું; શરીર તથા મનને વારાફરતી પ્રવૃત્તિમાં રાખવું, જેથી નબળા વિચારો આવે નહિ.

૧૮. પોશાક ઉજ્વળ, સ્વચ્છ પહેરવો, પોતાની સ્થિતિ તથા ધંધાને બંધબેસતો પણ સભ્યતા ભરેલો સાદો પહેરવો. આછકડો પોશાક વિચારોને પણ આછકડાં બનાવે છે. વળી પોશાક ઢીલો પહેરવો. તંગ પોશાક પહેરવો નહિં.

૧૯. સ્વચ્છ હવા તથા અજવાળું આવે એવા ઘરમાં વસવું; ઘર નાનું હોય તેની ચિંતા નહિ, પણ તે સ્વચ્છ અને સુંદર રાખવું તથા તેમાં ઘણા ફરનીચરનો અને ઘણી ચીજોનો ઉકરડો કરવો નહિ. ખાસ કરીને ખાવાનો તથા સુવાનો ઓરડો સુઘડ પણ સાદો રાખો.

૨૦. રસોડામાં અને જાજરૂમાં નિયમિત જાઓ, અને નિત્ય બે વાર ઇશ્વરનું સ્મરણ કરી એક મનુષ્ય તરીકે તમારા કર્ત્તવ્યનો વિચાર કરો.

ભાગ ૪થો—ગર્ભાધાન માટે તૈયારી.

પ્રકરણ ૧૫ મું.

નવો જીવ.

शुद्धे शुक्रार्तवे सत्वः स्वकर्मक्लेशनोदितः ।
गर्भः संपद्यते युक्तिवशादग्नि रिवारणौ ॥

वाग्भट्ट—शारीरस्थान.

"જેમ એક અરણીમાં બીજી અરણીનું ઘર્ષણ થવાથી યુક્તિથી અગ્નિ ઉત્પન્ન થાય છે, તેમ પોતાના કર્મ તથા ક્લેશથી પ્રેરાયેલો જીવ પુરૂષના શુદ્ધ વીર્યમાં અને સ્ત્રીના શુદ્ધ આર્ત્તવમાં જીવપણાને પામે છે."

સ્ત્રી અને પુરૂષના સંયોગથી નવો જીવ ઉત્પન્ન થાય છે, એ વાતને વિશેષ પુરાવાની જરૂર નથી, પણ એ નવો જીવ ક્યાં અને કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે, એ એક અદ્‌ભુત ક્રિયા છે અને એ ક્રિયામાં આ સૃષ્ટિના પેદા કરનાર પરમેશ્વરનો ગુપ્ત હાથ છે.

આ વાત ઘણી ગુપ્ત છતાં વિદ્વાનોએ એ સંબંધી જે જે વિચારો અને શોધો કરેલા છે તેના આધારે આપણે પણ તે વાતનો કાંઇક ભેદ જાણવાનો અત્રે પ્રયાસ કરી જોઇએ.

બે અરણી અને તે વચ્ચે થતી ઘર્ષણ ક્રિયાથી જેમ અગ્નિ ઉત્પન્ન થાય છે, તેમ સ્ત્રીપુરૂષના ચોક્કસ સમયના સંયોગથી નવો જીવ ઉત્પન્ન થાય છે. વૈદ્યવર્ય વાગ્ભટ્ટ ઉપલા શ્લોકમાં યુક્તિવશાદ્ એવો એક શબ્દ મૂકે છે, તે અર્થસૂચક છે. ગમે તે સમયે અને ગમે તેવી અરણીની બે ડાળીઓને એકમેકમાં ઘસવાથી અગ્નિ નહિ થાય. બે અર-

ણીમાંથી અગ્નિ ઉત્પન્ન કરવામાં જેટલી યુક્તિની જરૂર છે એટલી જ યુક્તિ એક નવા જીવને ઉત્પન્ન કરવામાં જરૂરની છે. શુદ્ધ વીર્ય, શુદ્ધ આર્ત્તવ (સ્ત્રીબીજ) અને શુદ્ધ ગર્ભસ્થાન એ ત્રણ તો આ કાર્યસિદ્ધિમાં જરૂરની વસ્તુઓ છે. બે અરણીના ઘર્ષણથી અગ્નિ ઉત્પન્ન થયો તે ક્યાંથી આવ્યો, એ પ્રશ્નનો ઉત્તર એટલો જ છે કે ઘર્ષણ ક્રિયાથી તે પ્રગટ થયો. શુદ્ધ વીર્ય અને શુદ્ધ આર્ત્તવમાં જીવાત્મા તો છે જ, પણ તે બેનો યોગ થયા વિના તે પ્રગટ થતો નથી.

નવા જીવના સંબંધમાં બીજા અનેક મતો (theories) ચાલે છે. કેટલાક કહે છે કે જેમ પક્ષી બહારથી આવીને પોતાના માળામાં પેશી જાય છે તેમ જીવરૂપ કોઇ પદાર્થ વીર્ય અને આર્ત્તવના સંયોગ વખતે તેમાં પેશી જાય છે. કેટલાક એમ કહે છે કે પાંચમા માસે ગર્ભમાં જીવ પ્રવેશ કરે છે. તે ગમે તેમ હો, પણ આટલી વાત તો સત્ય છે કે પુરૂષનું વીર્ય અને સ્ત્રીબીજ તેમાં મુખ્ય ભાગ બજાવે છે.

હવે, જીવ ગર્ભમાં કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે તે સંબંધી હાલના શોધકોના અભિપ્રાય જોઇએ. આધુનિક શરીર શાસ્ત્રીઓએ એવું નક્કી કહેલું છે કે પુરૂષનું ઉત્પાદક બીજ પુરૂષઅંડ (testes) માં અને સ્ત્રીનું ઉત્પાદક બીજ સ્ત્રીઅંડ (ovaries) માં ઉત્પન્ન થાય છે. બન્ને જાતિનાં આ બીજો ક્યાં રહે છે, ક્યાં અને કેવી રીતે સંયુક્ત થાય અને ત્યાં શું ક્રિયા થાય છે, એ વાત સાધારણ વાચકોને માટે ઘણી ઝીણી હોવાથી તેનું વર્ણન અત્રે આપ્યું નથી. આટલું જ જાણવું બસ છે કે સંયોગકાર્યમાં સ્ત્રીબીજ અને પુરૂષબીજ ગર્ભસ્થાનમાં સાથે મળે છે. પુરૂષબીજ (spermatozoa) એ અસંખ્ય જીવતા જીવોનું બનેલું છે. એ દરેક જીવ $\frac{1}{600}$ ઇંચ જેટલો સૂક્ષ્મ હોય છે અને તે સૂક્ષ્મદર્શકયંત્રવડે જ જોઇ શકાય છે. એક વિદ્વાન કહે છે કે એ જીવોમાં માથું વિગેરે અવયવોના આકાર પણ માલમ પડે છે. આ સંબંધમાં ડૉ. ફ્રાઉલર કહે છે કે, "જીવને માટે જોઇતા સર્વે અવયવોનું સંચાકામ ગર્ભમાં તૈયાર થાય છે; તે વીર્ય પિતાની પ્રયોગશાળા

(વીર્યાશય) માંથી બહાર પડે છે તે અગાઉ જ તે સંચા કામ પોત-પોતાને સ્થાને ગોઠવાઇ ગયેલ હોય છે. ” એવી જ રીતે સ્ત્રીબીજમાં પણ નાની અસંખ્ય દડીઓનાં આકારનાં કોશ (cells) હોય છે. એવા એક કોશનું કદ ૧/૨૦૦ ઇંચ હોય છે; અર્થાત્ સ્ત્રીબીજમાં પક્ષીની માદાના જેવાં જ પણ ઘણાં બારીક ઈંડા હોય છે. બચ્ચાંની ઉત્પત્તિમાં આ બન્ને જાતિનાં બીજ ક્રિયા કરે છે કે નહિ તેને માટે હજી વિદ્વાનોમાં મત ભેદ છે. કેટલાક વિદ્વાનો કહે છે કે બચ્ચાની ઉ-ત્પત્તિ પુરૂષબીજ જ કાર્ય કરે છે અને સ્ત્રીબીજ તો પોષણ તથા રક્ષણ આપવાનું કામ કરે છે. ગમે તેમ હો, પણ આધુનિક થિયરી પ્રમાણે પણ એટલી વાત તો ચોક્કસ ઠરી છે કે પુરૂષબીજ અને સ્ત્રી-બીજના ચોક્કસ સમયના સંયોગથી નવો જીવ ઉત્પન્ન થાય છે.

સંયોગ વખત જ્યારે પુરૂષનું વીર્ય ગર્ભસ્થાનમાં જઇ પડે છે ત્યારે તે જ વખતે પુરૂષબીજનાં અસંખ્ય કોશ (sperm cells) અને સ્ત્રીબીજનાં અસંખ્ય કોશ (germ cells)માંથી માત્ર એક એક કોશ પોતાની અંદર રહેલા ચૈતન્યથી એક બીજાની પાસે જાય છે અને સ્ત્રીબીજના ઈંડામાં પુરૂષબીજનું ઈંડુ મળી જાય છે અને બે ઈંડાનું એક બને છે. આ ક્રિયા સ્ત્રીના ઋતુકાળમાં જ સફળ થાય છે, કેમકે તે વખતે જ સ્ત્રીબીજ પુરૂષબીજને ગ્રહણ કરવાને લાયક થયેલ હોય છે. આ પ્રમાણે સ્ત્રી અને પુરૂષના બે કોશ (cells) સાથે મળે છે ત્યારે જ નવો જીવ ઉત્પન્ન થાય છે. પુરૂષબીજનાં આ ઈંડાં ગર્ભસ્થા-નમાં વારંવાર જાય છે, છતાં ગર્ભ રહેતો નથી તેનું કારણ એમ સમજાય છે કે ગર્ભસ્થાનની નબળાઇને લીધે એ ઇંડા તરત જ ગર્ભ-સ્થાનમાંથી બહાર નીકળી જાય છે.

નવો જીવ ઉત્પન્ન થવાની આ અદ્ભુત ક્રિયામાં સમજવા જેવી એક બીજી વાત એ કહેવાની છે કે, પુરૂષના વીર્યની અંદરના અ-સંખ્ય ઇંડા (cells) નું દરેકનું કદ ઉપર કહ્યા પ્રમાણે ૧/૨૦૦ ઇંચ જેટલું અતિ સૂક્ષ્મ હોય છે, અને તેથી તેમાં બચ્ચાંનો સ્પષ્ટ આકાર

માલમ પડતો નથી; એમ છતાં આશ્ચર્યકારક વાત એ છે કે એ અતિ સૂક્ષ્મ ઈંડાંમાં નવા જીવનું આખું શરીર, તેના અતિ સૂક્ષ્મ અવયવો, અને સૂક્ષ્મ ઇન્દ્રિયો સાથે તૈયાર જ હોય છે ! એમ સમજોને કે આ ઈંડું એ જ નવો જીવ !

આ સર્વ શાસ્ત્રીય વાતોને સાદી બોલીમાં સમજાવીએ તો તેનો સાર એ છે કે, એક ગર્ભનું અથવા બાળકનું શરીર તેની સર્વથી પ્રથમ અવસ્થામાં $\frac{1}{200}$ તસુ જેવા બારીક કદનું હોય છે અને એ સૂક્ષ્મ ઈંડામાં માણસના સર્વ અવયવો બંધાઇ ચૂકેલા હોય છે. એક વૃક્ષ તેના બારીકમાં બારીક અસંખ્ય પાંદડાં, ડાળાઓ, ફુલ તથા ફળ સાથે તેના સૂક્ષ્મ બીજમાં પણ આબાદ હોય છે, અને બીજમાં એ બધાં અંગો હોય છે તો જ તે સંપૂર્ણ અંગો સાથે ખીલે છે. વડના ટેટાના એક બારીક દાણામાં વડનું વિશાળ વૃક્ષ સૂક્ષ્મરૂપે સમેટાઇ રહેલું છે. આપણે તે દાણામાં વૃક્ષ દેખી શકતા નથી, પણ વૃક્ષ હોય છે એ વાત જેટલી ખાત્રી ભરેલી છે, એટલી જ ખાત્રી ભરેલી વાત મનુષ્યબીજના બારીક દાણામાં આખું શરીર હોવાની પણ સમજવી. આ સૂક્ષ્મ દાણામાં માતાપિતાનું શરીર હોય છે, એટલું જ નહિ; વળી તેમાં ઓલાદથી ઉતરી આવતી સર્વ ખાસીઅતો અને ગુણો પણ હોય છે. એક તસુના બસોમા ભાગ જેટલા એક અતિ બારીક કોશમાં માબાપના બધા અવયવો તથા તેમની માનસિક વૃત્તિઓ અને ગુણો શી રીતે સમાયાં હશે ? ખરે ! કુદરતનું કાર્ય ઘણું અતર્ક્ય અને અગાધ છે ! તેની અપાર શક્તિ આગળ એક પણ બનાવ અસંભવિત નથી !

આ પ્રમાણે નવો જીવ એ માબાપનાં શરીરોમાંથી ખેંચેલ એક અર્ક છે અને એ અર્કમાં માબાપના શરીરની આકૃતિ અને મનની વૃત્તિઓ ખેંચાઈ ઉતરે છે. ખરી હકીકત આ પ્રમાણે હોવાથી એક નવો જીવ ઉત્પન્ન કરવાના સમય ઉપર અને ગર્ભાધાન વખતે માબાપોએ પોતાના શરીરની અને મનની સર્વ ખરાબ વૃત્તિઓને છોડી

ઈને ઘણું જ ઉંચું વર્ત્તન રાખવું કે જેથી તેમણે ઉત્પન્ન કરવા ધારેલ બાળક ઘણા જ ઉત્તમ બાંધાનું, સુંદર, અને સદ્દગુણી થશે. ગર્ભાધાનની તૈયારીના સમયમાં માબાપોએ કેવું વર્તન રાખવું, તે આ પછીના પ્રકરણમાં કહેવામાં આવશે.

પ્રકરણ ૧૬ મું.

ગર્ભાધાન પૂર્વનો એક માસ.

आहाराचारचेष्टाभि र्यादृशीभिः समन्वितौ ।
स्त्रीपुंसौ समुपेयातां तयोः पुत्रोऽपि तादृशः ॥–सुश्रुत.

" જે પ્રકારના આહાર, આચાર, અને ચેષ્ટા વડે સ્ત્રીપુરૂષ સંયોગ કરે તેવા આહાર, આચાર અને ચેષ્ટાવાળો બાળક થાય."

આ પહેલાંનાં પ્રકરણોમાં જણાવ્યા પ્રમાણે સ્ત્રીપુરૂષે પરસ્પરનાં જાતિ, વય, રૂપ, ગુણ સ્વભાવનો તપાસ કરીને પ્રીતિપૂર્ક લગ્ન કર્યા પછી તેમણે નવા જીવ માટે ગર્ભાધાનની તૈયારી કરવી.

ગર્ભાધાનની તૈયારી કરવી એટલે સ્ત્રીપુરૂષે ઉત્તમ બાળકને ઉત્પન્ન કરવા માટે પોતે ઉત્તમ બનવું અને ઉત્તમ વર્ત્તનક્રમ ઉપર આવવું. પૂર્વે કહેવામાં આવ્યું કે ઈચ્છા પ્રમાણે ઉત્તમ પ્રજાની પ્રાપ્તિ માટે માબાપોએ પણ ઉત્તમ વર્તન રાખવું અને એ વર્ત્તન તેમની આખી જીંદગીમાં ઉત્તમ પ્રકારે રહી શકે તો તો ઘણું જ ઉત્તમ, પણ કદિ તેમ ન બને તોપણ ગર્ભાધાન પૂર્વના એક માસમાં તો તેમણે બહુ જ ઉત્તમ નિયમોથી વર્ત્તવું.

નવા જીવ ઉપર માબાપના વર્ત્તનની અસર થવાની મુદ્દતના ત્રણ વિભાગ પાડી શકાય:–૧. ગર્ભાધાન (conception) પહેલાંનો એક

માસ; ૨. સગર્ભાવસ્થા (Pregnancy) ના નવ માસ; ૩. સ્તનંધયાવસ્થા (Period of Lactation) એટલે બાળકને ધવરાવવાની મુદતના બાર માસ આ ત્રણે મુદતમાં માબાપો અને વિશેષ કરીને મા પોતાના આહાર વિહારના વર્ત્તનથી ગર્ભ ઉપર અસર કરી શકે છે; આ ત્રણ મુદતમાંની પહેલી એક માસની મુદત, જેને આપણે ગર્ભાધાન માટે તૈયારીની મુદત કહી શકીએ, તે મુદતમાં મા તેમજ બાપ બન્ને પોતાના ભાવી બાળક ઉપર અસર કરી શકે છે. પૂર્વે કહેવામાં આવ્યા એવા સર્વ નિયમો પાળીને માબાપોએ પોતાના તનમનથી તંદુરસ્ત રહેવું અને એ પણ ઉત્તમ સંતતિ માટે જ તૈયારી છે. તથાપિ એવી સંપૂર્ણ તૈયારી જેમણે ન કરી હોય, અથવા જેઓ એ તૈયારી માટે આ પુસ્તક વાંચ્યા પહેલાં અજ્ઞાન હોય, તેમણે હવે આ સંબંધી સર્વ જ્ઞાન મેળવીને વધારે નહિ તો ગર્ભાધાન પૂર્વે એક માસથી સાવધ થઈને આગળ કહ્યા તે અને આ નીચે કહેવામાં આવશે તે નિયમો આગ્રહથી પાળવા.

ગર્ભાધાન પૂર્વેના એક માસને ગર્ભાધાનની તૈયારીની મુદત કહેવાનું કારણ એ છે કે, ઋતુ આવ્યાથી સ્ત્રીના શરીરમાં એક માસે રજરૂપે બીજ પરિપક્વ થાય છે. વળી પુરૂષોને ઋતુગામી થવા શાસ્ત્ર ફરમાવે છે તેથી સ્ત્રીનો એક ઋતુમાં સંબંધ કર્યા પછી તે ઋતુ સમયમાં ગર્ભાધાન ન થાય તો તે પછી એક માસે ફરી સ્ત્રીને ઋતુ પ્રાપ્તિ થાય ત્યારે સ્ત્રીસંબંધ કરવાનો હોવાથી પુરૂષને પણ પોતાનું વીર્ય પરિપક્વ કરવા માટે એક માસની મુદત મળે છે.

સ્ત્રીને પ્રતિમાસ ઋતુ (દસ્તાન) આવે છે અને ઋતુ પ્રાપ્તિની બે મુદત વચ્ચે એક માસ અથવા ચાર અઠવાડીયાં (૨૮ દિવસ) માં નવા જીવની સર્વ તૈયારી સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાં કુદરતી રીતે જ થાય છે અને સ્ત્રીબીજ પરિપક્વ થતાં તે ગર્ભાશયમાં ઉતરી આવે છે, જે વાત પાછલા એક પ્રકરણમાં પણ કહેવામાં આવી છે.

આ તૈયારીની મુદત ઓછામાં ઓછા એક માસની છે; પણ

જે સ્ત્રીપુરૂષોનાં બીજ સારાં ન હોય, અથવા જેમના આહાર, આચાર અને ચેષ્ટાઓ ઘણા કાળની ટેવોથી એકદમ સુધારી કે ફેરવાઇ ન શકે તેમણે એથી પણ વહેલી તૈયારી કરવી, એટલે છ માસ કે બાર માસ પહેલાંથી પોતાના વર્તનમાં અને વિચારોમાં સુધારો કરવો.

આ ચાર અઠવાડીઆંની મુદ્દત ઋતુ બંધ થવાના દિવસથી ગણવી. સ્ત્રીબીજ સ્ત્રીઅંડમાંથી ગર્ભાશયમાં જાય છે અને ત્યાં તે કેટલાક દિવસ રહે છે, દરમીઆન સ્ત્રીપુરૂષનો સંબંધ થવાથી ગર્ભ રહી જાય છે, અને કદિ કાંઇ ખામીને લીધે ગર્ભ ન રહે તો તે સ્ત્રીબીજ ગર્ભાશયમાંથી બહાર નીકળી પડે છે. પાછું તે સ્ત્રીબીજ બીજા માસની ઋતુ પ્રાપ્તિમાં જ ગર્ભધારણને લાયક થાય છે. જો સ્ત્રીપુરૂષ નીરોગી તથા આ પુસ્તકમાં બતાવેલા નિયમ પ્રમાણે વર્ત્તનાર હોય તો ઋતુદાન નિષ્ફળ જાય નહિ.

સંક્ષેપમાં સમજવાનું એ છે કે, સારાં બાળકો પેદા થવાં એ તો જેમ માબાપના નિત્યના વર્તનક્રમ ઉપર આધાર છે તેમ ગર્ભાધાનની પૂર્વે આ એક માસની તૈયારી ઉપર પણ મુખ્ય આધાર છે. ઋતુદાનને દિવસે બાપના વર્ત્તનની છાપ સંપૂર્ણ રીતે નવા જીવ ઉપર પડે છે અને એ દિવસ પ્રથમના એક માસના વર્ત્તનના સરવાળા બરાબર છે. માટે ગર્ભાધાન પૂર્વેના એક માસમાં સ્ત્રીપુરૂષે કેમ વર્ત્તવું તેને માટે અત્રે પુનરપિ કેટલાક નિયમો આપવામાં આવે છે.

પુરૂષ (પિતા) નું વર્ત્તનક્રમ:—

૧. ગર્ભાધાન માટેની તૈયારીના એક માસ સુધી પુરૂષે બ્રહ્મચર્ય વ્રત પાળવું એટલે વચ્ચે એક પણ દિવસ સ્ત્રી સંબંધ નહિ કરતા વીર્યનું રક્ષણ કરવું.

૨. પોતાના શરીરમાં કાંઈ રોગ હોય તો તેનું નિવારણ કરવું; એક નાની સરખી શારીરિક બેચેની કે પીડા વીર્ય ઉપર અને એ વીર્યથી ઉત્પન્ન થનારા બાળક ઉપર અસર કરે છે. માટે આ એક માસમાં આહારના યોગ્ય નિયમથી વર્ત્તીને શરીરને નીરોગી તથા સ્વસ્થ બનાવવું.

૩. માનસિક ચિંતાનાં કારણો હોય તો તે જેમ બને તેમ સારી રીતે દૂર કરવાં અને મનને પ્રસન્ન રાખવું. મનને શુદ્ધ, પ્રસન્ન અને મજબૂત બનાવવા માટે એક માસ સુધી નિત્ય પ્રયાસ કરીને ગર્ભાધાનને દિવસે તે સંપૂર્ણ શુદ્ધ અને આનંદિત બને એમ કરવું.

૪. ગર્ભાધાન માટે તૈયારીના આ એક માસમાં કાંઇ પણ વ્યસનનું સેવન કરવું નહિ. કદિ કોઇ વ્યસન હોય તો તેનો એક માસના પ્રયાસથી ધીમેધીમે ત્યાગ કરવો. તંબાકુની પણ વીર્ય ઉપર અસર થાય છે, તો પછી દારૂ, ભાંગ, ગાંજા, જેવી વસ્તુઓને માટે શું પૂછવું!

૫. સદાચારી થવું, ઇશ્વર ઉપર ભક્તિ રાખવી, અને ઉત્તમ સત્સંગ, ઉત્તમ ગ્રંથો, અને ઉત્તમ વિચારો વડે પોતાની બુદ્ધિના દોષોને ઓછા કરી નાખવા.

૬. પોતાની સ્ત્રી ઉપર પૂર્ણ પ્યાર રાખવો. જો કાંઇ અણગમો કે અણુરાગ હોય તો તે આ એક માસમાં દૂર કરવો, અને તેને માટે ધીમે ધીમે ટેવ પાડીને ગર્ભાધાનના દિવસ સુધીમાં સ્ત્રી પ્રત્યે પ્રીતિનાં પરમાણુઓ વધારવાં, કેમકે સ્ત્રીપુરૂષના પરસ્પરના પ્રેમથી જે ગર્ભ રહે છે તે બહુ ઉત્તમ થાય છે.

સ્ત્રી (માતા) નું વર્તનક્રમઃ—

૧. ગર્ભાધાનની તૈયારીની મુદ્દતમાં માતાએ પણ પોતાનું શરીર નીરોગી રહે એવી તજવીજ રાખવી. સ્ત્રી આ વિષયમાં અજ્ઞાન હોય તો પુરૂષે તેણીની તન્દુરસ્તીની તજવીજ રાખવી. શરીરમાં કાંઇ પણ રોગ કે પીડા હોય તો તેનો ઉપાય કરીને તેનું જલદી નિવારણ કરવું.

૨. મનને પણ પ્રસન્ન અને પવિત્ર રાખવું, કલેશ કરવો નહિ, કુથલી કરવી નહિ, નઠારી સ્ત્રીઓનો સહવાસ કરવો નહિ અને કોઇ પણ જાતની મનમાં ચિંતા હોય તો તેને કાઢી નાખવાનો પ્રયાસ કરવો. આ કામમાં પુરૂષે સ્ત્રીને મદદ કરવી, એટલે તેની ચિંતાનું કારણ દુર કરવાની તજવીજ કરવી.

સ્ત્રીએ પણ કોઇ જાતનું વ્યસન રાખવું નહિ. બનતાં સુધી ચા, કૉફી, અને તંબાકુ જેવી વસ્તુઓનો પણ આ માસમાં ત્યાગ કરવો.

૪. સ્ત્રીઓ ખાવા પીવામાં પુરૂષો કરતાં વધારે અજ્ઞાન અને બેદરકાર હોય છે. આ માસમાં તેણીએ ધીમે ધીમે સુધારો કરવો. નઠારા ખોરાક અને નુકસાનકારક આચરકુચર ઉપરથી પ્રીતિ ઓછી કરવી અને ઉત્તમ પોષણકારક ખોરાક ઉપર પ્રીતિ વધારવી. પુરૂષે સ્ત્રીના ખાનપાન ઉપર લક્ષ આપીને તેનું મન દુઃખાય નહિ એવી રીતે તેના ખાનપાનમાં સુધારો કરવાની યુક્તિથી તજવીજ કરવી.

૫. ગર્ભાધાનની તૈયારીના માસમાં સ્ત્રીએ પણ પોતાના મનને સદાચારમાં અને ધર્મમાં વાળવું. ઘરસંસારના બીજા ક્લેશો અને પંચાતોને છોડીને નિત્ય સારા વિચારોનું સેવન કરવું. ઇશ્વર તરફ ભક્તિ રાખવી અને પવિત્રપણે જીંદગી ગુજારવી.

૬. પોતાના પતિ તરફ સંપૂર્ણ પ્રેમ રાખવો. સ્ત્રીઓ પતિ તરફ સ્વાભાવિક રીતે જ વિશેષ પ્રેમાળ હોય છે, તો પણ કોઇ કારણથી પતિ તરફ અભાવ કે અણરાગ ચાલતો હોય તો આ માસમાં તે અભાવ ઓછો કરીને પતિ તરફ પ્રીતિભાવ વધારવો. નિત્ય નિત્ય આ વાતોનો વિચાર કરવાથી અને દૃઢ સંકલ્પો કરવાથી ગમે એવો અભાવ હોય છે તો તે પણ નીકળી જાય છે.

સ્ત્રીપુરૂષ (માબાપ) નું સામાન્ય વર્તનક્રમ:—

૧. ગર્ભાધાનની તૈયારીની મુદતમાં સ્ત્રીપુરૂષે શરીરથી અને મનથી પવિત્ર રહેવું.

૨. શરીરને નિત્ય સ્નાનથી પવિત્ર રાખવું. શરીરનો એક તલ જેટલો ભાગ પણ મલિન રાખવો નહિ. જરા જેટલી જગાના મળમાં પણ વિષ ઉત્પન્ન થઇ તેમાંથી ભયંકર રોગો થાય છે; પણ એ વાતમાં હાલનાં અજ્ઞાન સંસારી જોડાંઓ કશું જાણતાં નથી અને તેથી તેઓ અનેક ગુપ્ત દરદો ભોગવે છે; મોંને વારંવાર ઘસ્યા કરવાવાળાં અને નિત્ય ત્રણ ત્રણવાર દાતણ કરવાવાળાં મનુષ્યો પણ શરીરના બીજા

ભાગોને શુદ્ધ કરવાની અગત્યતા સમજતાં નથી. માટે શરીરના તમામ બહારના તેમજ અંદરના ભાગોને સારી રીતે નિત્ય શુદ્ધ રાખવા. ઇન્દ્રિયોના ઘણા વિકારો મેલમાંથી થાય છે, અને એવા વિકારવાળી સ્થિતિમાં રહેલ ગર્ભ પણ એવાજ વિકારવાળો થાય છે.

૩. નાક, કાન, દાંત, જીભ, અને મૂત્ર તથા મળનાં સ્થાનો નિત્ય પાણીથી ધોઈ પવિત્ર રાખવાં. દાંત અને જીભનો મેલ મોંની વાસને બગાડે છે અને એવો મેલ થુંક સાથે પેટમાં જાય છે તો તે અંદર પણ વિકારો પેદા કરે છે.

૪. વસ્ત્રો મેલ વગરનાં સ્વચ્છ અને શોભે એવાં પહેરવાં, એથી શરીર તેમજ મન બન્ને પ્રસન્ન રહે છે. વળી કેડ તથા છાતી ઉપરનાં વસ્ત્રો ઢીલાં પહેરવાં. તંગ હોવાથી કેડનાં વસ્ત્રો પેટ ઉપર દબાણ કરીને પાચનક્રિયાને હરકત પહોચાડે છે અને છાતી ઉપરનાં તંગ વસ્ત્રો શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયાનો અટકાવ કરે છે.

૪. સ્ત્રીપુરૂષે અલગ અલગ પથારીમાં સુવું. આ નિયમ આ એક જ માસમાં પાળવાનો છે, એમ નહિ સમજવું. તે નિયમ આખી જીંદગી સુધી પાળવો. એક જ પથારીમાં સુવાથી વિકારોની ઉત્પત્તિ થાય છે એટલું જ નહિ પણ શરીરના પરસેવાથી તથા શ્વાસથી શારીરિક રોગો પણ થાય છે.

૫. પથારી સ્વચ્છ અને સારી રાખવી; સુવાની જગા સુંદર, અને સારી હવાવાળી રાખવી, જેથી સારી ઉંઘ આવે. સ્વપ્નાં આવતા હોય તથા તેમાં વિકારો થતા હોય, તો વિકારોને યુક્તિવડે જીતવા. ખરાબ સ્વપ્નાંના નિવારણ માટે દિવસે શરીરથી અને મનથી પવિત્ર રહેવું, સાત્વિક ભોજન કરવું, રાત્રે ઓછું ને હલકું અન્ન ખાવું, મળમૂત્રનો સારી રીતે ત્યાગ કરીને સુવું અને પરોઢીએ જાગી જતાં જ પથારી છોડીને મૂત્રનો ત્યાગ કરવો; વહેલું ઉઠવું અને વહેલું સ્નાન કરવું.

૬. પ્રમાણિકપણે વર્ત્તવું, અસત્ય બોલવું નહિ, ચોરી ચાડી કરવી નહિ, ક્રોધ કરવો નહિ, ક્લેશ કુસંપ કરવો નહિ, આળસનો ત્યાગ

કરીને ઉદ્યોગ કરવો. ગર્ભાધાનની તૈયારીના આ માસમાં જેટલા અંશે તમો સદાચારી રહેશો એટલે અંશે તમારૂં ભાવી બાળક સદાચારી થશે અને જેટલે અંશે દુરાચરણ તથા નઠારી ચેષ્ટાઓ કરશો એટલે અંશે તમારૂં બાળક દુરાચરણી તથા નઠારી ચેષ્ટાઓવાળું અને ખરાબ આદતવાળું થશે. આ વાત સત્ય માનજો.

૭. વળી પાછળ ચોથા, પાંચમાં અને છઠ્ઠા પ્રકરણોમાં કહ્યા પ્રમાણે ઇચ્છા મુજબ બુદ્ધિશાળી તથા કળાકુશળ બાળકો પેદા કરવા માટે પણ તે પ્રકરણોમાં કહ્યા પ્રમાણે તમારે એવા વિચારોનું સેવન આ તૈયારીની મુદ્દતમાં બહુ દૃઢતાથી અને મનના પૂર્ણ બળથી કરવું, જેથી તમો ધારશો એવા બાળકનો ગર્ભ રહેશે.

ગર્ભાધન માટે તૈયાર થએલાં માતાપિતાઓ ! જો તમારે ઉત્તમ સંતતિ પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા હોય તો તમો આ બધા નિયમો ધ્યાનમાં રાખશો અને તે પાળવાનો તમારાથી બનતો પ્રયાસ કરશો. સંસારમાં પડેલાં નવા જોડાંઓએ આ નિયમોની પ્રથમથી જ શરૂઆત કરવી, અને બીજાંઓએ ' જાગ્યા ત્યારથી સવાર ' એ કહેવતને અનુસરીને આ વર્ત્તનક્રમની શરૂવાત કરી દેવી.

તમારા એકાદ બાળકનાં નઠારાં લક્ષણો જોઇને, તેમનું શરીર બેડોળ જોઇને અથવા તેમને રોગી જોઇને તમોને વારંવાર આશ્ચર્ય થતું હશે, તેમને તેથી ઘણો ખેદ પણ થતો હશે, પણ તેમાં આશ્ચર્ય પામવા જેવું કશું પણ નથી. તે બાળકના ગર્ભાધાન સમયમાં તમારૂ બન્નેનું અને ગર્ભના નવ માસમાં તેની માતાનું વર્ત્તન યાદ કરો એટલે તમારી ખાત્રી થશે કે એ બાળક એવું થવામાં કારણ તમે પોતે જ છો; વધારે ખાત્રી કરવી હોય તો, આ પ્રકરણમાં કહ્યા પ્રમાણે તમો એક માસ બરાબર એ નિયમોથીં વર્ત્તો અને પછી જુવો કે તમારૂં હવેનું બાળક તમારા વર્ત્તન પ્રમાણે થાય છે કે નહિ.

જો તમારે નીરોગી. સુંદર અને સદાચારી બાળકો જોઇતાં હોય તો તો આ પુસ્તકમાં કહ્યા પ્રમાણે વર્તજો. પણ જો તમારે

દુરાચારી બાળકો જોઇતાં હોય તો તમો ગર્ભાધાનની તૈયારીના આ એક માસમાં તમો દુરાચારી થજો; જો તમારે રોગી બાળકો જોઇતાં હોય તો સ્વચ્છંદપણે ખાઇપીને તમારાં શરીર બગાડજો; જો તમારે તમારાં બાળકોને દારૂડીઆં કરવાં હોય અને જો તમારે તેમને રોજ પાંચપચીસ બીડી ફુંકનારાં બનાવવાં હોય તો, હે માબાપો ! તમે ગર્ભાધાનના આ એક માસમાં રોજ દારૂ ઉડાવજો, અને બીડીઓ ફુંકજો ! તમારાં બાળકોને ચોટ્ટાં, દગલબાજ, જુઠું બોલનારાં, ક્રોધી અને ઝંઝાસીઆં કરવાં હોય તો, હે માબાપો, તમે આ તૈયારીના માસમાં તેમ જ સગર્ભાવસ્થાના નવ માસમાં તમે લાગ આવે તેમ પાડોશીઓની ચીજો ચોરી ચોરીને ઘરમાં લાવજો અને છુપાવજો. તમે વાત વાતમાં જુઠું બોલજો, અને બીજાઓને દગો દેવાનો વિચાર કરજો, દગલબાજીનાં કામ કરજો, તથા ઘરમાં અને પાડોશનાં માણસો સાથે લડવાઇ કર્યા કરજો ! દુરાચારનાં ખાતાંઓ—નાટકો, હૉટલો અને દારૂનાં પીઠાંમાંથી તમારાં બાળકો જેટલા દુરાચરણો શીખી લાવશે તેના કરતાં પણ ગર્ભની તૈયારીના સમયમાં આવતાં વર્તનોથી તમારા ભાવી બાળકો ગર્ભસ્થાનરૂપી કારખાનામાંથી વધારે દૃઢ દુરાચારી થશે, એ વાત નક્કી માનજો !

ગર્ભાધાનની તૈયારીના આ સમયમાં તમો માબાપો તમારા આહારમાં, આચારમાં અને વિચારોમાં જેવું વર્તન રાખશો તેવું તમારૂં બાળક થશે, એ વાતને વિશેષ પુરાવાની જરૂર નથી. " માની ગર્ભ ઉપર અસર " આ નામના પ્રકરણમાં આ વાતની ખાત્રીના કેટલાક બનેલા દાખલાઓ ટાંક્યા છે. એવા દાખલાઓ તમારાં ઘરમાં, કુટુંબમાં, અને પડોશમાં તમારી નજર આગળ છે, પણ તમારૂં આ વિષય તરફ લક્ષ નહિ હોવાથી એ દાખલાઓ તમારા અવલોકનમાં આવતા નથી, પણ આ પુસ્તક વાંચ્યા પછી જો તમો આ વાતનું ધ્યાનથી અવલોકન કર્યા કરશો તો પ્રત્યક્ષ પ્રમાણથી તમારી ખાત્રી થશે.

પ્રકરણ ૧૭ મું.

ગર્ભધારણ માટે સ્ત્રીની યોગ્યતા.

शुद्धशुक्रार्त्तवं स्वस्थं संरक्तं मिथुनं मिथः ।
स्नेहैः पुंसवनैः स्निग्धं शुद्धं शीलितबस्तिकम् ॥–वाग्भट्ट.

" જેનાં શુક્ર અને આર્ત્તવ શુદ્ધ હોય, જેઓ રોગ રહિત હોય, પરસ્પર રીતે પ્રીતિવાળાં હોય, સ્નેહ તથા પુંસવન વડે સ્નિગ્ધ તથા શુદ્ધ થએલ હોય અને બસ્તિ લેવાનો અભ્યાસ પાડ્યો હોય, એવા સ્ત્રીપુરૂષ ગર્ભ ઉત્પન્ન કરવાને યોગ્ય છે. "

સ્ત્રી ને રજસ્વલાપણું ૧૨ થી ૧૫ વર્ષે શરૂ થાય છે અને ૫૦ વરસની ઉમરે બંધ પડે છે. શરીરનો બાંધો વગેરે કારણોથી આ મુદ્દતમાં વખતે ફેર પડે છે, પણ સામાન્ય ઋતુની મુદ્દતનો આ નિયમ છે. રજસ્વલાપણામાં રક્તસ્રાવ ૩ થી ૬ દિવસ સુધી ચાલે છે અને લગભગ ૨૮ દિવસમાં એકવાર રજસ્વલાપણું આવે છે. સ્ત્રી ગર્ભધારણ કરવાને લાયક રહે છે ત્યાંસુધી રજસ્વલાપણું પ્રાપ્ત થાય છે, અથવા રજસ્વલાપણું પ્રાપ્ત થાય છે ત્યાંસુધી સ્ત્રીને ગર્ભનો સંભવ છે. આ માસિક રક્તસ્રાવને, વૈદક શાસ્ત્રમાં **रजः, आर्त्तव** તથા **पुष्प** એવાં નામ આપેલાં છે. સાધારણ બોલીમાં દસ્તાન, મેલું, છેટે બેસવું, અટકાવ, એવાં નામો છે, અને અંગ્રેજીમાં તે menses, catamenia, flowers, વગેરે નામોથી ઓળખાય છે.

પૂર્વે જણાવ્યા પ્રમાણે સ્ત્રીના ઉત્પત્તિ અવયવ સંપૂર્ણ વિકાસ પામે છે ત્યારે તેણીના સ્ત્રીઅંડ (ovary) માંથી એક ઇંડું (ovum) સ્ત્રીઅંડ અને ગર્ભસ્થાન વચ્ચેની નળી (fallopian tube) માં થઈને ગર્ભસ્થાનની થેલીમાં આવે છે અને એ ઇંડાની આ ગતિ દર-

બીઆન પુરૂષનું વીર્ય તેમાં મળીને એ સ્ત્રીનું ઇંડું ગર્ભને ધારણ કરે છે, અને તે ગર્ભની થેલીની એક દિવાલ ઉપર ચોટે છે. પણ જો ગર્ભધારણ નથી થતો તો એ સ્ત્રીબીજ યોનિદ્વારથી બહાર નીકળી પડે છે. આ ક્રિયા દરમાસ થાય છે.

આ માસિક ક્રિયામાં રજ એટલે રક્તનો સ્રાવ થાય છે, પણ ગર્ભધારણની માસિક ક્રિયામાં બધી સ્ત્રીઓને દસ્તાન (રક્ત) દેખાય છે એમ નથી, એટલુંજ નહિ પણ કેટલીક સ્ત્રીઓને ગર્ભધારણ પછી દસ્તાન દેખાય છે. આ ઋતુપ્રાપ્તિના નિયમમાં કેટલાક અપવાદ હોય છે, અને જો કે એવા અપવાદના કેસ ઘણા થોડા બને છે, પણ બને છે ખરા, એ વાત ધ્યાનમાં રાખવા જેવી છે. એ અપવાદો નીચે પ્રમાણે છેઃ—

૧. દસ્તાનનું એક ટીપું દેખાયા વિના પણ ઋતુપ્રાપ્તિ થાય.

૨. ઋતુપ્રાપ્તિ વિના પણ ગર્ભ રહ્યાના ઘણા દાખલાઓ નોંધાણા છે.

૩. કેટલીક સ્ત્રીઓને ગર્ભાવસ્થામાં પણ દસ્તાન આવે છે.

૪. એક ડાક્ટર ગુડ પોતાના "સ્ટડી ઑફ મેડીસીન" નામના પુસ્તકમાં જણાવે છે કે એક સ્ત્રીને સગર્ભાવસ્થામાં દસ્તાન દેખાતું હતું.

૫. કેટલીક છોકરીઓને ઋતુ આવે છે—રક્ત પ્રદર નહિ, પણ ખરૂં દસ્તાન.

૬. છેલ્લું બાળક અવતર્યા પછી અને તે બાળક ધાવતું હોય એવામાંજ કેટલી સ્ત્રીઓને દસ્તાન આવ્યા વિના જ ગર્ભ રહી જાય છે.

ઋતુપ્રાપ્તિના આવા અપવાદવાળા બનાવોને રક્તસ્રાવ (Hemorrhage) ના બનાવો તરીકે ભુલથી ગણવામાં આવે છે; એટલું જ નહિ, વળી કેટલીક સ્ત્રીઓને રક્તસ્રાવ અનિયમિત રીતે અથવા બે કે ત્રણ અઠવાડીઆમાં એકવાર થાય છે, તેને વળી ભૂલથી દસ્તાન તરીકે ગણવામાં આવે છે. આવા અપવાદો અને અનિયમિત બનાવોને લીધે ઘણીવાર ગુંચવણ ઉત્પન્ન થાય છે ખરી, તથાપિ જેઓએ આ વિષયનો સંપૂર્ણ અભ્યાસ કર્યો છે તેઓ બીજાં ચિન્હો ઉપરથી

વાસ્તવ સ્થિતિ શું છે તેનો નિર્ણય કરી શકે છે. આવા અપવાદો જાણવામાં હોય તો ભૂલ ન થાય, માટે ઋતુસંબંધી અપવાદોના જે થોડા દાખલા ઉપર આપ્યા છે, તે ધ્યાનમાં રાખવા.

હવે, આર્ત્તવ અથવા દસ્તાન એ શું વસ્તુ છે, તેનો વિચાર કરીએ. દસ્તાન એ લોહી જ છે અને તે લોહી ઋતુમતી સ્ત્રીને દર માસ બહાર નીકળી જાય છે. ગર્ભવતી સ્ત્રીનું તે લોહી તેના ગર્ભનું પોષણ કરવાના કામમાં આવે છે અને પુત્રવતી સ્ત્રીનું એ જ લોહી સ્તનમાં આવીને ધાવણ બનીને અવતરનાર બાળકના પોષણના કામમાં આવે છે. કુદરતની આ અદ્ભુત ક્રિયા ઉપરથી એમ સિદ્ધ થાય છે કે સ્ત્રીનું દસ્તાન એ એક અતિ ઉપયોગી વસ્તુ છે અને તેથી તે દસ્તાન શુદ્ધ હોવું જોઈએ. આ દસ્તાન સ્ત્રીના શરીરમાં દર માસ એકઠું થઈને યોનિ માર્ગદ્વારા બહાર નીકળે છે. તે કાંઈક કાળું અને ગંધ વગરનું હોય છે; અળતાના રંગ જેવું તથા સસલાના લોહી સરખું અને ધોયા પછી ડાગ ન રહે એવું ચોખ્ખું હોય છે.[1] જો દસ્તાનનું રક્ત શુદ્ધ હોય તો જ તેના ગર્ભને શુદ્ધ લોહીનું પોષણ મળી શકે, અને તો જ જન્મનાર બાળકને શુદ્ધ ધાવણ મળી શકે, કેમકે એક જ લોહીમાંથી રજ, ગર્ભનું પોષણ અને ધાવણ બનેલ હોય છે. સ્ત્રીપુરૂષના જનન વ્યાપારમાં લોહી એ જ મુખ્ય વસ્તું છે. જ્યાં એ લોહીની અપૂર્ણતા કે અશુદ્ધતા છે ત્યાં જનન વ્યાપારની સર્વ ક્રિયા પણ અપૂર્ણ હોય છે. જેવી રીતે હોજરી તથા આંતરડાંમાં લોહીનો પ્રવાહ ઓછો હોય તો તેની ક્રિયા અપૂર્ણ થાય છે, એવી જ રીતે સ્ત્રીપુરૂષના જનન વ્યાપારમાં–એટલે સ્ત્રીઅંડમાંના ઇંડાની વૃદ્ધિમાં, સ્ત્રી સંબંધ સમયે પુરૂષની જનનેન્દ્રિયમાં, અને ધાવણ વખતે છાતીમાં, શુદ્ધ લોહીના પુરા પ્રવાહની જરૂર છે. એવી જ રીતે ઋતુ સમયમાં સ્ત્રીબીજના પોષણ માટે શુદ્ધ રક્તની જરૂર છે.

---

१. इषत्कृष्णं विगंधं च वायु र्योनि मुखान्नुदेत् ॥
लाक्षारसशशास्राभं धौतं यच्च विरज्यते ॥ –वाग्भट्ट

રજ અથવા દસ્તાન દર માસ કેટલા વજનથી બહાર આવવું જોઇએ, એ સંબંધમાં બોલતાં કહેવું જોઇએ કે નીરોગી અને રોગી અથવા સુધરેલી અને ગામડીયણ સ્ત્રીઓના દસ્તાનમાં રક્તસ્રાવનો જથ્થો એક સરખો જતો નથી. ઘણું કરીને સુધરેલી અને રોગી સ્ત્રીઓનાં શરીરબંધનો ઢીલાં પડી ગયેલાં હોવાથી તેમને દસ્તાન જોઇએ તેથી ઘણું જાય છે, અગર ઘણીવાર જોઇએ તેથી ઓછું જાય છે. ડૉ. ટ્રોલ આ સંબંધમાં એમ જણાવે છે કે આ દસ્તાન જથામાં જેમ ઓછું જાય તેમ વધારે સારૂં. ઘણું કરીને સુધરેલી સમાજમાં દસ્તાન વધારે જથામાં જવાની ફરિયાદ વિશેષ હોય છે. જે સ્ત્રીઓ સાદાઇથી રહેનારી છે, સારો ખોરાક ખાનારી છે, અને મોજશોખ તથા કૃત્રિમ વર્ત્તનોથી નબળી પડેલી નથી હોતી, અને તેમ છતાં જેઓ શારીરિક શ્રમ પણ કરનારી છે, તે સ્ત્રીઓને દસ્તાન સંબંધી ફરિયાદો ઘણી થોડી હોય છે, અને તેઓને દસ્તાનમાં ઓછું રક્ત જાય છે, એટલે જોઇએ એટલું જાય છે. આધુનિક વિદ્વાનો કહે છે કે મધ્યમ આબોહવામાં વસનારી સ્ત્રીને દર માસ સરાસરી ૬ થી ૮ ઔંસ રક્ત જાય છે. પણ કેટલીક સ્ત્રીઓને એથી બમણા જથામાં રક્તસ્રાવ થાય છે; પણ ડૉ. ટ્રોલ તો એમ કહે છે કે નીરોગી સ્ત્રીને ૧ થી ૨ ઔંસ કરતાં વધારે રક્ત નહિ જવું જોઇએ. આ સંબંધી સંક્ષેપમાં એટલું જ કહેવાનું કે સ્ત્રીઓના દસ્તાનનો રક્તસ્રાવ નિયમમાં હોવો જોઇએ અને તે દસ્તાન શુદ્ધ હોવું જોઇએ, અને એવી જ સ્ત્રી ગર્ભધારણ માટે યોગ્ય છે.

સ્ત્રીઓના ઋતુ સંબંધી આ નિયમોમાંથી બીજો નિયમ એ નિકળે છે કે, જે સ્ત્રી પ્રસવ કરે છે તેનું રક્ત માતાના સ્તનમાં જઇને બાળકનું પોષણ કરે છે અને જ્યાં સુધી બાળક ધાવતું હોય છે ત્યાં સુધી ઘણું કરીને નીરોગી સ્ત્રીને ઋતુ દેખાતું નથી. જ્યાં સુધી ઋતુ પ્રાપ્ત થતું નથી ત્યાં સુધી તે સ્ત્રી ફરી ગર્ભધારણને લાયક થતી નથી. બચ્ચાંવાળી કેટલીક નીરોગી માતાઓ ૧૨ માસ કે તેથી પણ અધિક

મુદ્દત સુધી છેટે બેસતી નથી. રોગી સ્ત્રીઓને માટે કોઈ નિયમ જ હોતો નથી, પણ નીરોગી સ્ત્રીઓને માટે એવો નિયમ આપી શકાય કે, બચ્ચું ધાવતું હોય, એટલે સ્તનમાં ધાવણનો જથ્થો આવતો હોય ત્યાં સુધી તેણે પુરૂષ સંબંધથી અલગ રહેવું; એટલું જ નહિ; જેમ જેમ ધાવણ બંધ થવા માંડે છે તેમ તેમ એ પ્રવાહ સ્ત્રીની જનનેન્દ્રિયો તરફ એટલે સ્ત્રીઅંડ તરફ વહેવા માંડે છે અને કેટલીક મુદ્દત સુધી એ પ્રવાહ આ અવયવોનું પોષણ કરે છે ત્યાર પછી જ સ્ત્રીબીજ પરિપક્વ થઈને તે ગર્ભધારણને લાયક બને છે. માટે પ્રસવ થયા પછી ઘણા લાંબા સમય સુધી સ્ત્રીએ બ્રહ્મચર્ય પાળીને બીજની એટલે ગર્ભધારણની તૈયારી કરવી.

વિદ્વાન્ ડાક્ટરો કહે છે કે સ્ત્રીને ગર્ભ રહ્યા પછી સગર્ભાવસ્થાના નવ માસ અને પ્રસવ થયા પછી બાળક ધાવણ છોડીને ખાવા માંડે ત્યાં સુધીના બીજા બાર માસ મળીને કુલ ૨૧ માસ સુધી સ્ત્રીપુરૂષે બ્રહ્મચર્ય પાળવું જોઇએ. કેટલાક શારીરશાસ્ત્રીઓ એથી પણ આગળ વધીને એમ કહે છે કે બચ્ચાંને ધવરાવીને સ્ત્રી નબળી પડેલી હોય છે એટલું જ નહિ પણ એ મુદ્દતમાં સ્ત્રીના જનન અવયવો સંપૂર્ણ પરિપક્વપણાને પામેલા હોતા નથી, માટે સ્ત્રીને વધારે આરામ આપવા માટે અને સ્ત્રીને વધારે તન્દુરસ્ત બનાવવા માટે બીજા ૧૨ માસ જવા દેવા. ખાસ કરીને નબળી સ્ત્રીઓએ ૩ વરસ સુધી ફરી ગર્ભધારણ કરવાનું મુલતવી રાખવું જોઇએ એટલે તેમણે સંબંધથી અલગ રહેવું જોઇએ. ઘણી દુર્બળ સ્ત્રીઓને વારંવાર ગર્ભ રહે છે અને વારંવાર ગર્ભસ્રાવ થાય છે અથવા અધુરે છોકરાં અવતરી મરી જાય છે. હું આ વિદ્વાન્ ડાક્ટરોના મત સાથે મળતો આવીને જણાવવાની રજા લઉં છું કે મેં એવી અનેક સ્ત્રીઓને જોઈ છે અને ઉપલો નિયમ પળાવ્યા પછી તેમને પુરે માસે સારૂં બાળક અવતરવાની મને સાબીતી મળી છે. માટે સ્ત્રી જેમ વધારે નબળી તેમ તેણીને ગર્ભધારણની બે મુદ્દત વચ્ચે ઘણો અંતર રાખવો, અને એ નિયમ પતિપ-

રાધીન સ્ત્રી કરતાં તેના પ્રાણાધાર પતિના બ્રહ્મચર્ય ઉપર તથા વર્તન ઉપર વધારે આધાર રાખતો હોવાથી પુરૂષોએ આ વાત ખાસ લક્ષમાં રાખવી.

એક જમીનમાં બીજ વાવતાં તે જમીન તે બીને લાયક છે કે નહિ તથા બી જમીનને લાયક છે કે નહિ, તેનો વિચાર કરવામાં આવે છે. જમીનમાં ઉત્તમ પાક કરવો હોય તો વખતે જમીનને એક વરસ પડતર રાખવામાં આવે છે. જો જમીનમાં પુરો કસ ન હોય તો તેમાં ખાતર પુરવામાં આવે છે, અને તે પછી જ તેમાં બી રોપવામાં આવે છે. જમીનના પાકના સંબંધમાં માણસો જ્યારે આવો વિચાર કરે છે, ત્યારે માણસોએ સંતાનો ઉત્પન્ન કરવાની ભૂમિ (સ્ત્રીના ઉત્પતિ અવયવો) સંબંધી કાંઇ વિચાર કરવો વાજબી છે કે નહિ ? અહો ! પુરૂષો ! તમો આ સંબંધી કદિ પણ વિચાર કરો છો ? તમારૂં બીજ જે જમીનમાં નાખવું છે તે જમીન પરિપૂર્ણ કસવાળી છે કે નહિ તેનો તમો કદિ તપાસ કરો છો? આવી તપાસ કરવાને આધુનિક વિદ્વાનો જ કહે છે એમ નહિ સમજો. પ્રાચીન વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં તેને માટે બહુ ઝીણા વિચારો કરવામાં આવ્યા છે. આ વખતે મારા પરમપૂજ્ય વૈદ્યરાજ ઝંડુભટ્ટજીએ એક પ્રસંગે એક વ્યક્તિને ઉદ્દેશીને કહેલી વાત મને યાદ આવે છે. તેમણે કહ્યું કે "જો વૈદ્યકશાસ્ત્ર અનુસાર હું બતાવું એવા નિયમો પાળીને તે આજથી તૈયારી કરે અને પછી ચોક્કસ વિધિથી ગર્ભાધાન થાય તો જુવો મનમાન્યું બાળક ઉત્પન્ન થાય છે કે નહિ. પ્રથમ તો વીર્ય અને રજ તપાસવું જોઇએ. જો તે બીજ નીરોગી અને ચોખ્ખાં ન હોય તો તેને યોગ્ય ખાનપાન તથા ઔષધથી સુધારવાનો પ્રયાસ કરવો જોઇએ. સ્ત્રીનું રજ માસે જોવું જોઇએ. તેનો રંગ, વાસ જોઇએ એવાં ન હોય તથા કપડાં ઉપરથી જલદી ધોવાઈ જતું ન હોય તો તે રજ રોગવાળું સમજીને ગર્ભાધાનને મુલતવી રાખવું જોઇએ. જ્યાં સુધી સંતતિ માટે સ્ત્રીની યોગ્યતાનો વિચાર નહિ થાય ત્યાં સુધી ઉત્તમ બાળકોની પ્રાપ્તિને માટે આપણો સંસાર ભાગ્યશાળી બનવાનો નથી !

બીજ શુદ્ધિ માટે શાસ્ત્રમાં સ્નેહન, પુંસવન, બસ્તિ, વગેરે વિધિ બતાવેલા છે, પણ એ વિધિ હાલમાં પળાતા નથી, અને હાલનો વિષયાસક્ત જનસમાજ એ વિધિ તથા તેના સંસ્કારો આચરવાને તયાર નથી. તેથી એ બારીક વિધિઓનું અત્ર વિવેચન કર્યું નથી.

પ્રકરણ ૧૮ મું.

ગર્ભાધાન–એક પવિત્ર કુદરતી ક્રિયા.

Though wise on a thousand less important subjects, they (parents) are as ignorant of the laws of reproduction as they are of the problem "Why Heaven has made us as we are."

DR. TRALL.

ડૉ. ટ્રૉલ કહે છે કે "જો કે માબાપો બીજી હજારો ઓછી અગત્યની વાતોમાં ડાહ્યાં હોય છે, તોપણ તેઓ 'પોતાને ઈશ્વરે શા માટે બનાવ્યાં' એ વાતથી જેટલાં અજ્ઞાન છે એટલાંજ પ્રજોત્પત્તિના નિયમોથી અજ્ઞાન છે."

ગર્ભાધાનની ક્રિયા એ એક પવિત્રમાં પવિત્ર વિધાન છે. એ વિધાનમાં જે કાંઇ કુદરતી મોલાજો રહેલો છે, તે તે ક્રિયા પ્રત્યે આપણા માનની નિશાની સમજવી. બીજા વિષયો ઉપર જેટલી છુટથી અને હીમતથી બોલીએ એટલી છુટથી આ વિષય ઉપર આપણે બોલી શકીએ નહિ. આ વિષય નવરા બેસીને ગપ્પાં મારવા જેવો વિષય નથી, તેમ લજ્જાનો પડદો તોડી નાખીને બોલી નાખવા જેવો નથી. આ વિષયમાં જે કાંઇ લજ્જા રહેલી છે તે બુદ્ધિપૂર્વક લજ્જા નથી પણ કુદરતી લજ્જા છે, અને તેથી મુસ્કેલી એ છે કે એક જાતિ (નર કે માદા) બીજી

જાતિ (નર કે માદા) ની જીવનશક્તિનું માપ કરી શકતી નથી. આ વિષય સંબંધી સત્ય વાતો સમજવા માટે દરેક જાતિએ–પુરૂષે તેમ જ સ્ત્રીએ–પોતાનો સ્વતંત્ર વિચાર અને અવલોકન યોગ્ય અવસરે અને યોગ્ય અધિકારી પાસે જાહેર કરવો જોઇએ. આનો અર્થ એ છે કે વડિલ સ્ત્રીઓએ પોતાનો અનુભવ જુવાન પુરૂષો આગળ સભ્યતા અને ગંભીરતા ભરેલી રીતે યુક્તિથી મૂકવો જોઇએ. ડૉ. ટ્રૉલ કહે છે તેમ ઘણી નજીવી વાતોમાં આપણે બહુ ડહાપણ ડોળીએ છીએ, પરંતુ નવી પ્રજા કેમ ઉત્પન્ન કરવી તે વાતમાં આપણે ઘણા જ અ-જ્ઞાન છીએ. પ્રજોત્પત્તિના વિધાનમાં જેટલો મોલાજો અને સભ્યતા છે એટલી જ તેમાં ગંભીરતા, પવિત્રતા અને શુદ્ધતા હોવી જોઇએ. પણ જ્ઞાન વિના એ ગંભીરતા, પવિત્રતા અને શુદ્ધતા હોવાનો સંભવ નથી.

ગર્ભાધાનની ક્રિયા ખરેખાત એક પવિત્રમાં પવિત્ર કુદરતી વિ-ધાન છે. એક બાળકને ઉત્પન્ન કરવાના વિધાનને અપવિત્ર કે ગંદો કેમ કહેવાય? આ પછીના પ્રકરણમાં જણાવવામાં આવ્યું છે તે પ્ર-માણે, આ એક ધર્મની પવિત્ર ક્રિયા છે. બીજી પ્રજાઓ અને બીજાં શાસ્ત્રો તેને માટે ગમે તે અભિપ્રાય આપતાં હોય પણ આર્ય લોકોએ તો આ ક્રિયાને ધર્મની એક પવિત્રા ક્યા ગણી છે અને તેથી તે વિધાનમાં હલકી વૃત્તિઓ અને વિષયવાસનાને દૂર રાખીને તેમાં ઉત્તમ ભાવનાઓ મૂકી છે. એ ક્રિયામાં સર્વત્ર શાંતિ, શુદ્ધિ, ગંભીરતા, પ્રેમ, ઉચ્ચ ભાવો, અને ઉચ્ચવૃત્તિઓની જરૂર છે, અને એ ક્રિયા સંબંધી વાત પણ એવીજ ગંભીરતાથી, પવિત્રતાથી, પ્રેમથી અને ઉચ્ચ ભાવોથી થવી જોઇએ.

પણ આપણા હાલના સંસારમાં આપણે શું જોઇએ છીએ? ગર્ભાધાનની ક્રિયામાં કુદરતના સર્વ ઉપયોગી નિયમોને તો આપણે માણસજાતે બાજુ ઉપર મૂકી દીધા છે, પણ તેની સાથે તે વિધાન સાથે રહેલા ઉત્તમ ભાવો, સભ્યતા, ગંભીરતા અને પવિત્રતાનો પણ નાશ થવા લાગ્યો છે! સંસારીઓ આ વિષય ઉપર વારંવાર બહુ હલ-કાઇથી, અસભ્યતાથી અને ગંદાઇથી વાતો કરે છે અને આ પવિત્ર

કાર્યના પવિત્રપણાને ઉતારી પાડે છે. કુદરતી નિયમ એવો છે કે જ્યાં મન અને વાણી એટલે વિચારો તથા શબ્દોમાં હલકાઇ હોય છે ત્યાં ક્રિયામાં પણ હલકાઇ આવી જાય છે. માટે માણુસજાતે આ પવિત્ર વિધાન સાથેના સર્વે મજાકમશ્કરીના, અસભ્યતાના અને અપવિત્રતાના વિચારો મનમાંથી કાઢી નાખવા.

ગર્ભાધાનનો વિધિ એ બેશક મોલાજાનો ગુપ્ત વિધિ છે; પણ તેમાં નામોશી કે બદમાસી નથી; તેમાં રંડીબાજી કે લંપટતા નથી; તેમાં ચોરી કે છીનાળી નથી. પુરૂષ અને પત્નીને સોંપેલા એક પવિત્ર ધર્માચરણનું એ એક ઉત્તમ વિધાન છે. એ વિધાનમાંથી પશુવૃત્તિને અને વિષય લંપટતાને બાદ કરો, અને પછી જુવો કે તેમાં બાકી શું કર્તવ્ય રહે છે! ઉત્તમ પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાનો માત્ર એક પવિત્ર વિધિ જ બાકી રહે છે.

અહો! પણ, ગર્ભાધાનના આ પવિત્ર ભાવોને આપણા સંસારનાં જુવાન બહેનો અને ભાઇઓ શી રીતે અને કયારે સમજશે? આ એક મહત્વનો પ્રશ્ન છે. ઘરસંસારની વ્યવસ્થામાં, વાતોમાં અને આચારોમાં સુધારણા કરો. વિકારવાળી હલકી વાતોને તમારા કુટુંબમાંથી રજા આપો, અને તમે પોતે તમારા વર્ત્તનમાં અને વાણીમાં સુધારો કરો એટલે તમારા આગળ રહીને ઘરસંસારનો નિત્ય પાઠ શીખનારી તમારી વહુદીકરીઓ પણ તમારી પેઠે આ વિષયનું ગંભીરપણું અને પવિત્રપણું સમજી શકશે.

ગર્ભાધાનનો વિધિ એ એક કુદરતી વિધિ છે અને તે સ્ત્રીપુરૂષે એકાંતમાં શાંત, સુંદર અને સ્વચ્છ થઇને કરવાનો છે. એ સ્થાનમાં શુદ્ધ પ્રેમ, પવિત્રતા અને સુંદર બાળક ઉત્પન્ન કરવાની ઇચ્છા સિવાય બીજા કોઇ પણ વિકારોને સ્થાન નહિ મળવું જોઇએ. વિષય વિકાર (Passion) અને લંપટપણું (lust) એ ગર્ભાધાનના કટ્ટા શત્રુઓ છે, માટે તેમનો તે સ્થાનમાંથી પરાજય થવો જોઇએ. ગર્ભાધાન સમયે મન, વાણી અને કર્મની પવિત્રતા રાખવી જોઇએ, એટલું

જ નહિ પણ ‘ આ ક્રિયા કરવામાં હું એક પવિત્ર ધર્મ—કર્ત્તવ્ય—કરૂં છું,’ એવો ભાવ ધરીને એ વિધાન કરવો જોઇએ. આવા ઉત્તમ ભાવો વિના માત્ર વિકારો વડે જે જોડાંઓ એકત્ર થાય છે તેમાંથી અકસ્માત ગર્ભ તો રહી જાય છે અને બેશક બાળક પણ અવતરે છે, પણ એવાં બાળકોમાં વિશેષ કરીને માબાપોના વિકારી ભાવો ઉત્પન્ન થાય છે.

તમો કહેશો કે, આ મોલાજાવાળો અને બહુ નાજુક વિષયનું અજ્ઞાન જુવાન સ્ત્રીપુરૂષોને શી રીતે શિક્ષણ આપવું ? એક મા પણ પોતાની પુત્રી આગળ આ વિષે કાંઈ પણ વાર્ત્તા કરતાં અચકાય, એવો આ વિષય છે. હું કહુ છું કે એમાં કાંઇ પણ પ્રત્યક્ષ શિક્ષણની જરૂર નથી. જેમ જેમ બીજું બધું શિક્ષણ તેમને તમારા તરફથી વારસામાં મળવાનું તેમ આ શિક્ષણ પણ તેમને તમારા તરફથી જ વારસામાં મળવાનું છે. તમારૂં ભાવી બાળક ઉત્પન્ન કરવાના વિધાનમાં તમે જેવા વિચારો સેવશો, જેવી વૃત્તિઓ રાખશો અને જે ઉદ્દેશો રાખશો, તે સર્વ વિચારો, વૃત્તિઓ અને ઉદ્દેશો તમારી દીકરીઓ નકલે નકલ ઉતરશે. અને તમે જે રીતે વર્ત્યાં હશો એ રીતે જ તમારી દીકરીઓ વર્તશે. તમે, માતાઓ ! તમારી દીકરીઓને તમારા વર્તનનું ગુપ્ત શિક્ષણ ક્ષણે ક્ષણે આપો છો અને ગર્ભાધાનવિધિ વખતના તમારા સર્વ મનોભાવોને તમો તમારી ભાવી બાળકીઓમાં ફોટોગ્રાફીની પેઠે ઉતારો છો. તમારે પ્રત્યક્ષ કે મોઢામોઢ શિક્ષણ આપવાની જરૂર નથી. તમો જેમ વર્ત્તશો એમ તમારી દીકરીઓ વર્ત્તશે. તમે જેવા મનોભાવો ધારણ કરશો, તેવા મનોભાવો તમારી દીકરીઓ પણ ધારણ કરશે. અરે, બેનો ! તમો ફોટોગ્રાફ લેવાનું એક પરિપૂર્ણ યંત્ર છો ! ફોટોગ્રાફ લેનાર કારીગર પ્રથમ સર્વ ઉત્તમ તૈયારી કરે છે, પણ ફોટોગ્રાફ લેવાની અણીના સમયે તમારી આંખનું એક મટકું પણ ફોટોગ્રાફનો કેમેરો પકડી લે છે અને તમારા શરીર ઉપરથી પડેલા ફોટોમાં તમારૂં એ એક મટકું પણ આબેહુબ ઉતરી આવી તમારા

ફોટાને કલંકિત એટલે બેડોળ બનાવે છે. બહેનો ! તમે ગમે એવી રૂપાળી હશો, તમારૂં ઘર, તમારૂં શયનગૃહ અને તેની સામગ્રી ગમે એવી સુંદર અને ચિત્તાકર્ષક હશે, પણ તમારા શરીરમાંથી એક નવો ફોટો (બાળક) લેતી વખતની તમારી વૃત્તિઓ સુંદર નહિ હોય, તમારા મનોભાવો ગંભીર નહિ હોય, અને તમારી અભિલાષાઓ ઉત્તમ પ્રકારની નહિ હોય, તો તમારો ફોટો (બાળક) કોઇ પણ રીતે કલંકવાળો-ખામીવાળો થશે, એ વાત ખાત્રીથી માનશો.

માટે ગર્ભાધાન વિધાન એ એક પવિત્ર વિધાન છે, એક ધર્માચરણ છે અને કુદરતના ફરમાનને માન આપીને આચરવાની એક પાક ક્રિયા છે, એવું પ્રથમ તમારા મનમાં ઠસાવો અને પછી તમે પૂર્ણ પ્રેમથી, પૂર્ણ શીદ્ધ દિલથી, પૂર્ણ ગંભીરતાથી અને પૂર્ણ માનથી એ ક્રિયામાં પ્રવૃત્તિ કરો.

પ્રકરણ ૧૯ મું.

ગર્ભાધાન સંસ્કાર.

चतुर्थेऽन्हि ततः स्नात्वा शुक्लमाल्यांबरा शुचिः ।
इच्छंती भर्तृसदृशं पुत्रं पश्येत् पुरःपतिम् ॥ —वाग्भट्ट—

"પછી ચોથે દિવસે સ્નાન કરીને પવિત્ર થઇ ધોળાં વસ્ત્ર તથા ધોળાં પુષ્પની માળા પહેરવી અને પોતાના સ્વામીના જેવા પુત્રની ઈચ્છા કરીને પ્રથમ પતિનું મુખ જોવું."

ગર્ભાધાન વિધાન માટે જે સંસ્કારોની એટલે શુદ્ધિની ક્રિયાઓ કરવી, તેને ગર્ભાધાન સંસ્કાર કહે છે. આર્ય ધર્મશાસ્ત્રમાં સંસ્કાર વિધિને મુખ્ય માન્યો છે. દરેક ક્રિયામાં પ્રથમ સંસ્કાર એટલે શુદ્ધિ કરવામાં આવે છે. જમવા પહેલાં સ્નાન કરવું કે છેવટે હાથ પગ અને

મેાં ધેાવું, એ ભેાજન પૂર્વેને। આવશ્યક સંસ્કાર છે, તે। ગર્ભાધાન સરખા સર્વોત્તમ ગંભીર વિધાનમાં કાંઇ સંસ્કાર હેાવાની જરૂર છે કે નહિ ? બહારથી રખડી રઝળીને મલિન વસ્ત્રે અને મલિન શરીરે ઘરમાં આવ્યેા અને આવ્યેા એવેા ખાવા મંડી ગયેા, એ જેમ ભેાજન કરવાની ગંદી અને અઘટિત ક્રિયા કરે છે, તેમ વિકારને વશ થઇ ગમે તે સમયે, ગમે તે સ્થિતિમાં, અને ગમે તે સ્થાનમાં, સ્ત્રી પ્રાપ્તિ કરી લેવી, અને તેમાંથી ગર્ભ રહેવેા, એ શાસ્ત્રોક્ત અથવા કુદરતની આજ્ઞાનુસાર ગર્ભાધાન વિધાન કહેવાય નહિ. ' ગર્ભાધાન પૂર્વેને। એક માસ ' એ પ્રકરણમાં જે જે સૂચનાએ। કરવામાં આવી છે તે પણ ગર્ભાધાનના સંસ્કારરૂપ સૂત્રેા છે. તેાપણ આ નીચે ગર્ભાધાનને। સંસ્કાર વિધિ સંક્ષેપમાં કહીએ છીએઃ—

સંસ્કાર એટલે શું, તે પ્રથમ જાણવાની જરૂર છે. કેાઇ પણ ક્રિયાની કે વસ્તુની શુદ્ધિ કરવી, તેનું નામ સંસ્કાર છે. બજારમાંથી ખાનપાનની વસ્તુએ। લાવીએ છીએ, તે પણ ચેાખ્ખી કરીને વાપરવી યેાગ્ય છે. શાકતરકારી લાવીને તેને પણ ધેાઇ સાફ કરીએ છીએ અને તેમાંથી સડેલેા નિરૂપયેાગી ભાગ કાઢી નાંખી ઉપયેાગી ભાગને સમારી ઉત્તમ સુગંધી મશાલાથી વઘારીએ છીએ. આ શાકને સંસ્કાર કહેવાય; જમીનમાં બી વાવતા પહેલાં તેને ખેડ, ખાતર અને પાણીથી સુધારવાને। રીવાજ છે; એટલું જ નહિ પણ બીની વાવણી પણ યેાગ્ય ઋતુમાં અને સારા ચેાઘડીઆમાં મુહૂર્ત જોવરાવીને કરવાને। ચાલ છે. આ વાવેતર પહેલાંને। સંસ્કાર કહેવાય. સેાનાને। અલંકાર કરતાં પહેલાં સેાનાને તાવી તાવીને તથા ટીપીને શુદ્ધ કરવામાં આવે છે, અને લેાઢાના ઉપર અનેક ઉત્તમ ક્રિયાએ। કરવાથી તેની કિંમત રતલ એકના આઠ રૂપીઆમાંથી વધીને સેાના કરતાં પણ વધારે કીમતી ધાતુ બની શકે છે. આ સર્વે સંસ્કારને। પ્રતાપ છે. સંસ્કારેાથી દરેક વસ્તુમાં રહેલી ગુપ્ત અસાધારણ શક્તિને વધારી શકાય છે. એવી જ રીતે સ્ત્રી વિષે ગર્ભાધારણ કરતાં પહેલાં સંસ્કારેા

કરવાની જરૂર છે. ઉજડ જમીનમાં કે બીડમાં બી પડી જાય છે તો ત્યાં પણ તે બી વખતે ઉગે છે. પણ ખેડેલ ખેતરમાં વાવેલા બીના જેવું આ બીડમાં પડી ગએલું બી ફળદ્રુપ થતું નથી. એવી જ રીતે સંસ્કાર કર્યા વિનાની અશુદ્ધ સ્ત્રીમાં ઉત્પન્ન થએલ બાળકો સારાં સંસ્કારી થતાં નથી.

આ ગર્ભાધાન સંસ્કારનો આરંભ ઋતુપ્રાપ્તિના દિવસથી થાય છે. ઋતુપ્રાપ્તિ પણ જો મંગળ દિવસોમાં થાય તો ઉત્તમ, પણ જો નિષેધ કરેલ એટલે અયોગ્ય દિવસોમાં થાય તો 'ઋતુશાંતિ' કરવાનો ચાલ છે, અર્થાત્ તે દિવસો સારા ન હોય, સારા ન હોય એટલે, અમુક ગ્રહોના યોગથી અમંગળ કે ઉપદ્રવ કરનારા હોય તો, હોમાદિ શુદ્ધ ક્રિયાવડે ઘરની હવાની શુદ્ધિ કરવામાં આવે છે. ઋતુશાંતિ એટલે ઋતુના ઉપદ્રવની શાંતિ, અને એ ઋતુશાંતિથી બગડેલી હવા સુધરી શકે છે. ઋતુશાંતિના આ મહત્વનો સ્વીકાર કર્યા વિના હાલની પ્રજાને ચાલે એમ નથી. દક્ષિણી બ્રાહ્મણોમાં ઋતુશાંતિનો હાલ પણ મ્હોટો મહિમા ગણાય છે.

સ્ત્રીને ઋતુ આવીને છેટે બેસે એટલે તેને એકાંત સ્થાનમાં બેસાડી રાખવાનો રીવાજ છે, અને તેને ક્યાંઇ સ્પર્શ કરવા પણ દેતા નથી, તેનો હેતુ એવો જણાય છે કે ઋતુવાળી સ્ત્રીએ બહુ સ્વસ્થ અને શાંત રહેવું, અને તેને પુરૂષોના સહવાસમાં આવવા નહિ દેવી. આપણા દેશમાં છેટે બેઠેલી સ્ત્રીને ગંધાતાં લુગડાં સાથે અંધારી કોટડીમાં ગોંધી રાખવાનો રીવાજ છે, તે ઠીક નથી. તેને એકાંતમાં પણ સુંદર અને સુઘડ મકાનમાં અને સ્વચ્છ વસ્ત્રો સાથે રાખવી જોઇએ.

વાગ્ભટ્ટ કહે છે કે સ્ત્રી છેટે બેસે તે જ વખતથી તેણીએ સાદા આસન ઉપર સુવું, સાદું અને થોડું ખાવું. દુધમાં[1] રાંધેલ

---

૧. ગુજરાત કાઠીઆવાડમાં રજસ્વલા સ્ત્રીને દુધ ખાવા આપતા નથી, પણ વાગ્ભટ્ટના આ વચનથી અને આધુનિક ડાકટરોના અભિપ્રાય પ્રમાણે રજસ્વલા સ્ત્રીને દુધ આપવાનો બાધ નથી.

જવની રાબડી ખાવી, સ્નાન કરવું નહિ, તેમ અલંકાર એટલે શરીર શોભાવવા માટે ઘરેણાં વગેરે ધારણ કરવાં નહિ; તેણે દિવસે સુવું નહિ, પતિ સંબંધ કરવો નહિ, બ્રહ્મચર્ય પાળવું, અને શુભ વિચારો કર્યા કરવા.

સ્ત્રીએ ત્રણ દિવસ આવી રીતે બ્રહ્મચર્ય પાળી શાંત સ્થળમાં અને સાદા ખાનપાનથી રહેવું, જેથી તેનો કોઠો પણ હલકો અને શુદ્ધ થાય છે. ચોથે દિવસે તેણે સ્નાન કરીને શરીરથી તથા મનથી શુદ્ધ થવું. ધોળાં વસ્ત્ર[1] પહેરવાં, ધોળાં પુષ્પની માળા પહેરવી, અને આ પ્રમાણે સ્નાન કરીને તથા શુદ્ધ બનીને પ્રથમ પોતાના પતિનું મોં જોવું. સ્વામીનું પ્રથમ મોં જોવું, એવી આજ્ઞા કરવામાં એવો હેતુ રહેલો છે કે, ગર્ભાધાનની તૈયારીના આ દિવસોમાં ઉત્તમ ગર્ભ રહે એવી ઇચ્છાથી તેણે સૌથી વધારે પ્રિય એવા પોતાના પ્રાણનાથનું પ્રથમ મોં જોઇને તેની છબી પોતાના અંતઃકરણરૂપી કેમેરાના મધ્યબિંદુ (focus) માં ઉતારવી, અને ચિંતવન પણ એવું કરવું કે 'આ મારા પ્રાણનાથના જેવો મને પુત્ર થાઓ!'

ચોથે દિવસે અથવા ઋતુકાળના બાકીના ૧૨ દિવસોમાં જે દિવસે ગર્ભાધાન કરવાનું હોય ત્યાં સુધી સ્ત્રીએ ઠંડા પાણીથી મંગળ વસ્ત્રાલંકાર ધારણ કરવાં, સાત્વિક ભોજન કરવું. આનંદમાં રહેવું અને શુભ વિચારોનું સેવન કરવું. ગર્ભધારણ કરવાને દિવસે સવારમાં ઉત્તમ અને મંગળ દ્રવ્યોથી સ્ત્રીને સ્નાન કરાવવું; પછી તે સ્ત્રીએ પતિનું મોં જોવું અથવા જેવા પુત્રની કે પુત્રીની ઇચ્છા હોય એવા ઉત્તમ સત્પુરૂષનું કે ઉત્તમ સન્નારીનું મોં જોવું અને સૂર્યને નમસ્કાર કરવા. આ સિવાય ગણપતિ પૂજન અથવા પોતપોતાના ઇષ્ટ દેવનું પૂજન કરવું અને બીજી પણ મંગળ ક્રિયાઓ કરવી. અર્થાત્ ગર્ભા-

---

૧. આર્યધર્મશાસ્ત્રકારોએ મંગળ કાર્યમાં ધોળાં વસ્ત્રોને ઉત્તમ માનેલ છે. અને ખરૂં જોતાં એ જ ઉત્તમ છે; કેમકે રંગેલ વસ્ત્રો જેમ મનમા વિકારો ઉત્પન્ન કરે છે, તેમ રંગ સાથે ઝેરી પદાર્થો પણ મળેલા હોય છે.

ધાનના દિવસને એક મંગળ—કલ્યાણકારી—દિવસ બનાવી દેવો. આ ગણપતિપૂજન કરીને જે સંકલ્પ કરવાનો કહ્યો છે, તે સંકલ્પ તમો કરો કે નહિ કરો, પણ તેમાં રહેલ ઉત્તમ ભાવની તો જરા તુલના કરો ! એ સંકલ્પ આ પ્રમાણે છેઃ—" મારી સ્ત્રી વિષે રહેનાર ગર્ભના સંસ્કાર માટે તથા બીજના કે ગર્ભના દોષના નિવારણ માટે આ ગર્ભાધાન સંસ્કાર હું કરૂં છું. " પતિ બોલે છે, અરે, સંકલ્પ-(સારી રીતે નિશ્ચય કરીને બોલવું તેનું નામ સંકલ્પ) કરે છે કે, " હે પરમેશ્વર, મારી સ્ત્રીના ગર્ભના સર્વ દોષનું નિવારણ કરજો ! પુરૂષની આ કેવી ઉત્તમ ભાવના ! જે પુરૂષ આવી બુદ્ધિપૂર્વક ભાવના કરવાવાળો છે, તેનું અને તેના આખા સંસારનું વર્ત્તન ઉંચું હોવું જ જોઇએ અને તેની ભાવના ફળવી પણ જોઇએ. આજ કોઇ એવું જોડું છે ? કોઇ એવો પતિ બતાવશો કે જે ગર્ભાધાન પૂર્વે પોતાના ઇષ્ટ દેવની ઉપાસના કરતો હોય અને બીજના દોષ નિવારણ માટે પ્રભુની પ્રાર્થના કરતો હોય ?

આવી રીતે દિવસે આ સર્વ મંગળ ક્રિયાઓ કરીને રાત્રીમાં ગર્ભાધાન કરવું. અત્રે પણ પતિ અમુક મંત્રોચ્ચાર કરે છે અને કહે છે કે, હે પ્રિયે ! તારા પ્રાણવાયુમાં હું મારૂં વીર્ય ધારણ કરૂં છું. કેટલાક લોકો ' મંત્ર ' શબ્દથી ભડકી ઉઠશે, માટે તેમના મનનાં સમાધાન માટે અત્રે મંત્ર શબ્દનો ખુલાસો કરવો પડે છે. મંત્ર એટલે શુભ સંકલ્પ—શુભ વિચાર. મુંગે મોઢે ગર્ભાધાન કરવું તેના કરતાં સ્ત્રીને કહેવું કે, "હે સ્ત્રી ! આજ હું તારામાં ગર્ભાધાન કરૂં છું, " એ સંકલ્પમાં કેવડો મોટો ભાવ રહ્યો છે! અલબત, આ વિધાન પ્રમાણે વર્ત્તવાની પાત્રતા, વિદ્વતા અને જ્ઞાન હોવાની જરૂર છે. જેઓ સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્યવ્રત પાળીને માત્ર ગર્ભાધારણ માટે જ સંબંધ કરે, એવાં ઉચ્ચ વર્ત્તનવાળાં સ્ત્રીપુરૂષોને માટે જ આ સર્વ સંસ્કાર વિધાન અને મંત્રો છે; પણ આ સંસ્કાર વિધિ ઉપરથી એટલું તો નક્કી થાય છે કે અગાઉ સ્ત્રીપુરૂષો બ્રહ્મચર્યવ્રત પાળીને શાસ્ત્ર મર્યાદા પ્રમાણે જ

ગર્ભાધાન કરતાં હતાં. હું આશા રાખું છું કે, આ સંબંધી સત્ય જ્ઞાન થયા પછી ભવિષ્યમાં પોતાનું વર્તન આવું ઉંચું બનાવવા માટે હાલનાં સંસારીઓ પણ આ ઉત્તમ વર્તનક્રમ તરફ પ્રવૃત્ત કરશે, અને પોતાના વંશજોને માટે પૂર્વના ઉત્તમ સંસારનો રસ્તો ખુલ્લો કરી આપશે.

ગર્ભાધાનના આ વિધિથી સ્ત્રીના અંતઃકરણમાં ગર્ભની ઉત્પત્તિના ઉત્તમ ભાવો દૃઢ થાય છે. પતિ પણ એવા જ શુદ્ધ ભાવો અને શુભ સંકલ્પોથી ગર્ભાધાનથી પ્રવૃત્તિ કરે છે. આ વિધાનમાં સર્વ મંગળ ક્રિયાઓ, હોમાદિકથી હવાની શુદ્ધિ, સુંદર વસ્ત્રો, સુંદર અલંકારો, સાત્વિક ભોજન, અને મંગળ મંત્રો એ સર્વ એમના આ ઉત્તમ ભાવોને પુષ્ટી આપે છે. પણ એ સર્વ ઉત્તમ ભાવોનો આજે સમૂળગો લોપ થયો છે! સુવાના ઓરડાઓ શણગારવામાં આવે છે. છત્રીપલંગ, કોચ, ખુરશીઓ અને છબીઓથી શયનગૃહને ફેશનેબલ બનાવવામાં આવે છે; લવંડર અને સેન્ટથી વસ્ત્રોને સુગંધમય બનાવવામાં આવે છે; હારમોનિયમ, ફોનોગ્રાફ, અને નાટકોનાં કામોત્તેજક શૃંગારી ગાનતાન વડે કામવાસનાને પ્રદીપ્ત કરવાના અખતરાઓ થાય છે, અને સાંજે પેટ ભરીને ખાધું હોય, છતાં રાત્રે બજારની મીઠાઇની મિજલસો ઉડે છે! અને આ રીતે માનસિક અને શારીરિક વિકારોમાં જ શૃંગાર અને સંસાર સુખની અવધિ માનવામાં આવતી હોય, ત્યાં ઈષ્ટદેવની ઉપાસના, મંગળ મંત્રોચ્ચાર, અને શુભ સંકલ્પોનાં સ્વપ્નાં પણ શાં! સુવાના ઓરડાઓ સુંદર રાખવાની જરૂર નથી અથવા શૃંગારી વસ્તુઓની ત્યાં જરૂર નથી, એમ મારૂં કહેવું નથી; તેની પણ જરૂર છે; સર્વત્ર સુંદર દેખાવો, આનંદ આપે એવી ચીજો અને સુશોભિત વસ્ત્રાલંકારોથી શયનગૃહોને ભલે શણગારો, પણ તેની સાથે હૃદયને શણગારવું કે નહિ? અંતઃકરણને ઉંચું બનાવવું કે નહિ? ઉત્તમ સંતતિની પ્રાપ્તિ માટે ઉત્તમ સંકલ્પો અને ઉત્તમ વિચારોનું સેવન કરવું કે નહિ? ગર્ભાધાન સમય ઉપર જે સ્ત્રીપુરૂષો આવા સત્

ઉત્તમ ભાવોને સેવે છે અને પ્રગટાવે છે તેઓ જ પોતાના જેવાં ઉત્તમ બાળકોને પેદા કરે છે. વિષયી અને વિકારી ઓરડાઓમાં વિષયી અને વિકારી સંતતિ જ ઉત્પન્ન થાય છે.

ગર્ભાધાન માટે સંયોગ કરવાને દિવસે સ્ત્રીપુરૂષે સાદામાં સાદો સાત્વિક ખોરાક લેવો. માત્ર એ એક દિવસના સાત્વિક કે તામસી ખોરાકની પણ ગર્ભ ઉપર અસર થાય છે. માટે પતિએ ઘી તથા દુધ મેળવેલ શાળના ચોખા ખાવા, અલ્પ આહાર કરવો, અને પ્રસન્ન શરીર તથા મનથી કલ્યાણનું ચિંતવન કરતાં કરતાં શુભમૂહૂર્ત જોવરાવીને સંયોગ કરવો.[1] પત્નીએ તે દિવસે બીજા સાત્વિક આહાર સાથે તેલ તથા અડદ વાળો આહાર કરવો, અને શરીરને હલકું રાખવું.

પ્રકરણ ૨૦ મું.

ગર્ભધારણને યોગ્ય વય-ઋતુ-કાળ.

ऊनशोडषवर्षाया मप्राप्तः पंचविंशतिम् ।
यद्याधत्ते पुमान्गर्भं कुक्षिस्थः स विनश्यति
जातो वा न चिरंजीवेज्जीवेद्वा दुर्बलेन्द्रियः ।
तस्मा दत्यंतबालायां गर्भाधानं न कारयेत् ॥
—सुश्रुत—शारीरस्थान—

ગર્ભધારણ માટે સ્ત્રીની વયનો વિચાર:—આ સંબંધમાં **સુશ્રુત** કહે છે કે " સોળ વર્ષ પુરાં ન થયાં હોય એવી સ્ત્રીમાં પચીસ

---

૧. सर्पिः क्षीराभ्यां शाल्योदन मभिप्राश्य नात्याशितः
सुखी स्रग्वी, सुमनाः प्रीणितांगः ॥ इत्यादि—अष्टांगसंग्रहः—

વર્ષ પુરાં હોય એવા પુરૂષે ગર્ભાધાન કરવું નહિ; કદિ એથી નાની વયમાં ગર્ભાધાન કરવામાં આવે તો તે ગર્ભ માતાની કુખમાં જ નાશ પામે છે, કદિ જન્મે છે તો જીવતો નથી, અને કદિ જીવતો રહે છે તો દુર્બળ રહે છે. માટે અતિ બાળા (સુશ્રુતે ૧૬ વર્ષની વયને બાળક ગણેલ છે.) એટલે ૧૬ વર્ષથી નાની વયની બાળામાં ગર્ભાધાન કરવો નહિ."

વાગ્‌ભટ્ટ પણ એ જ અભિપ્રાય આપે છે. તે કહે છે કે, "૨૫ વર્ષનો પુરૂષ અને ૧૬ વર્ષની સ્ત્રી હોય તથા ગર્ભાશય, પ્રસવ માર્ગ, રૂધિર, વીર્ય, વાયુ અને હૃદય એ સર્વ શુદ્ધ હોય તો બળવાન્ પુત્ર થાય, અને જો સ્ત્રીપુરૂષની ઉમર એથી ઓછી હોય તો તેમનાથી રહેલો ગર્ભ રોગી, ટુંકા આયુષ્યવાળો, તથા કદરૂપો થાય છે, અથવા ગર્ભ રહેતો જ નથી."

પૂર્વે કહ્યા પ્રમાણે સ્ત્રીને ૧૨ થી ૧૫ વર્ષની વયમાં ઋતુ પ્રાપ્ત થાય છે, અને ઋતુ પ્રાપ્ત થયેલ સ્ત્રીને ઋતુદાન આપવું એવું ધર્મ-શાસ્ત્ર ફરમાવે છે; પણ માત્ર ઋતુ દેખાય એ એક જ લક્ષણ ઋતુ-દાનની યોગ્યતાને માટે પુરતું નથી. એટલા માટે **વાગ્‌ભટ્ટ** કહે છે કે ગર્ભાશય, પ્રસવમાર્ગ, રૂધિર વગેરે શુદ્ધ અને પરિપૂર્ણ હોય તો પ્રજા બળવાળી થાય. સુધરેલી અને શહેરોની વસ્તીના સુધરેલા સ-માજમાં સ્ત્રીજાતિની શારીરિક અને માનસિક નબળાઇને લીધે તેમને ઋતુ વહેલું પ્રાપ્ત થાય છે, તોપણ તેમના બીજા અવયવો પરિપૂર્ણ ખીલેલા હોતા નથી અને તેથી તેઓ ગર્ભધારણને લાયક હોતી નથી. આવી સ્થિતિમાં ઋતુ પ્રાપ્તિ પછી પણ કાંઇ મુદ્દત સુધી ઋતુની શુદ્ધિ થવા દેવી, અને ઉત્પત્તિ અવયવો પરિપૂર્ણ ખીલવા દેવા, અને પછી જ ગર્ભાધાન કરવું. આર્ય વૈદ્યકશાસ્ત્રના શ્રેષ્ટ આચાર્યો તેને માટે સ્ત્રીની ૧૬ વર્ષની ઉમર લાયક ગણે છે અને આધુનિક ડાક્ટરોનો એ મતને સંપૂર્ણ ટેકો છે.

ગર્ભધારણ માટે યોગ્ય ઋતુ:—ઠંડા મુલકોમાં અષાડ તથા

શ્રાવણ માસ ગર્ભધારણ માટે યોગ્ય ઋતુ ગણાય છે, કેમકે જો એ એ માસમાં ગર્ભ રહે તો પ્રસવ વસંત ઋતુમાં થાય અને તેથી, જેમ વસંત ઋતુમાં આખી સૃષ્ટિ આલ્હાદિત થાય છે અને ખીલે છે, તેમ જન્મનાર બાળક પણ ઘણું આનંદી અને નિરોગી થાય. આ ઋતુની હવા ઘણી ઉત્તમ હોય છે, આકાશ ખુલ્લું હોય છે, વનસ્પતિમાં નવાં પાન અને નવો મોહોર આવેલો હોય છે, અને પુષ્પનો બહાર ખીલી રહ્યો હોય છે. આવા સૃષ્ટિ સૌંદર્યનું નવા અવતરનાર બાળકમાં પ્રતિબિંબ પડે છે, અને તેથી બાળક નિરોગી, બળવાન અને તેજસ્વી બને છે.

ગરમ દેશોમાં ગર્ભધારણ માટે વૈશાક તથા જેઠ એ બે મહિનાઓ વધારે ઠીક ગણાય છે, તેમજ માગશર અને પોશ માસ એ બે પસંદ કરવા લાયક છે. વૈશાક તથા જેઠમાં ગર્ભ રહે તો પોશ તથા માહા માસમાં પ્રસવ થાય અને તેથી જન્મ પછી તરતજ બાળકને વસંત ઋતુની આલ્હાદજનક રમણીયતાનો લાભ મળે. પોશ તથા મહા માસમાં માણસો પુષ્ટિકારક ખાઈ શકે છે, અને તેથી એ સમયમાં ગર્ભ રહે તો બાળક બળવાન થાય. અને વર્ષાઋતુ ખલાસ થયા પછી શરદૃઋતુમાં બાળક જન્મે તો તે વખતે પણ સૃષ્ટિ સૌંદર્યનો બહાર ખીલેલો હોય, વાદળાં વેરાઇ ગયાં હોય, આકાશ સ્વચ્છ થયું હોય અને પૃથ્વી નવા પાકથી ખીલી રહી હોય, તેથી તે ઋતુમાં જન્મનાર બાળક પણ ઘણું ખીલી નીકળે છે. જે બાળકો અતી ઠંડીના દિવસમાં કે અતિ વરસાદના દિવસોમાં જન્મે છે તેઓને સૂર્યનો પ્રકાશ પુરો મળી શકતો નથી. કેમકે ઠંડીની ઋતુમાં અતિ ટાઢને લીધે અને વર્ષાઋતુમાં વરસાદ તથા ભેજને લીધે બાળક તથા માને અંધારી ઓરડીમાં ગોંધાઇ રહેવું પડે છે અને તેથી બાળક રોગી થાય છે.

ગર્ભધારણ માટે યોગ્ય કાળ—આ સંબંધમાં પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનો આ દેશના વૈદક આચાર્યોના અભિપ્રાયથી જુદા પડે છે. તેઓ જેમ ગર્ભાધાન માટે અને પ્રસવ માટે સૂર્યના પ્રકાશવાળી ખુલ્લી અને

ખીલેલી ઋતુને વધારે પસંદ કરે છે, તેમજ સ્ત્રીપુરૂષના સંબંધ માટે રાત્રી કરતાં દિવસના પ્રકાશમય સમયને વધારે પસંદ કરે છે. તેઓ કહે છે કે પ્રકાશ વિના સંતતિ તેજસ્વી, વીર્યવાન્ અને બુદ્ધિવાન્ બનતી નથી, માટે ગર્ભાધાન પણ સૂર્યનો પ્રકાશ હોય તે સમયે કરવો. વળી તેઓ કહે છે કે માણસનું બળ દિવસ કરતાં રાત્રિમાં ઓછું થાય છે. સવારથી બપોર સુધી માણસના શરીરમાં વિશેષ બળ તથા ઉત્સાહ હોય છે, અને બપોરથી સાંજ સુધીમાં એ બળ ઓછું થાય છે, અને રાત્રી તો થાકેલ માણસને વિશ્રાંતિ માટે છે. માટે રાત્રે ગર્ભાધાન કરવું નહિ. એમ તેઓ કહે છે. ગર્ભાધાન માટે સવારના ૭ થી ૧૧ નો સમય તેઓ વધારે અનુકુળ ગણે છે. આ દેશના પ્રાચીન શાસ્ત્રકારોએ તેમ જ વૈદક આચાર્યોએ આ કાર્યને માટે રાત્રીને જ યોગ્ય માની છે અને દિવસનો તો તેઓ ઉલટો નિષેધ કરે છે. આ બે મતમાં ખરો મત ગમે તે હોય, પણ ઘણા જુના કાળથી આખી પૃથ્વીની પ્રજાઓમાં ગર્ભાધાનને માટે રાત્રીનો સમય અનુકુળ મનાતો આવ્યો છે, અને હાલમાં પણ સેંકડે નવાણું બાળકોનો ગર્ભ રાત્રીમાંજ રહે છે. આ સંબંધમાં અત્રે વિસ્તારમાં નહિ ઉતરતાં એટલુંજ બોલવું બસ છે કે પાશ્ચાત્ય ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓએ આ વિચાર કેવળ શરીરદૃષ્ટિથી કર્યો લાગે છે, ત્યારે તેમાં એથી વધારે અગત્યના વિચારોને બાજુ ઉપર મૂકી દેવામાં આવ્યા છે. વળી આ ગરમ દેશને માટે એમનો નિયમ લાગુ પડે એમ નથી, કેમકે આંહી દિવસ કરતાં રાત્રી વધારે બળ આપનારી છે. સૂર્યનો તાપ તો બળનું હરણ કરનાર છે. વળી દિવસનો સમય સ્વસ્થતા અને શાંતિનો ગણાય નહિ. એ દૃષ્ટિથી વિચારતાં પણ રાત્રીનો સમય વધારે અનુકુળ છે.

ગર્ભાધાન માટે સ્ત્રીના ઋતુકાળના દિવસો[1]:—અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે ઋતુના સોળ દિવસમાં પહેલા ત્રણ ચાર દિવસ

---

१. ऋतुः स्वाभाविकः स्त्रीणां रात्रयः षोडशस्मृताः ।
चतुर्भिरितरैः सार्धं महोभिः सद्भिर्गर्हितैः ॥ –मनु–

રૂધિરસ્ત્રાવના હોવાથી સંબંધ માટે છોડી દેવા જેવા છે. બાકીની બાર રાત્રીમાં પણ અગીયારમી અને તેરમી રાત્રી નિંધ છે. ચોથી, છઠ્ઠી, આઠમી, દશમી, તથા બારમી, એ રાત્રીઓમાં સંબંધ થવાથી પુત્રની ઉત્પિત્તિ થાય છે, કેમકે તે રાત્રીઓમાં સ્ત્રીનું આર્ત્તવ (સ્ત્રીબીજ) ઓછું હોય છે; અને પાંચમી, સાતમી, અને નવમી એ ત્રણ રાત્રીઓમાં સંબંધ થાય તો પુત્રીનો ગર્ભ રહે છે, કેમકે એ રાત્રીઓમાં વીર્ય (પુરૂષબીજ) ઓછું હોય છે. માટે પુત્રીની ઇચ્છા હોય તેમણે એકીવાળી રાત્રીઓમાં સંબંધ કરવો; અને પુત્રની ઇચ્છા હોય તો બેકીવાળી રાત્રીઓમાં સંબંધ કરવો; આ વાત કેટલે દરજ્જે ખરી છે, તેનો પ્રમાણભુત અનુભવ કે નિર્ણય હજુ કોઇએ બતાવ્યો નથી. વિશેષ હકીકત માટે જુવો પ્રકરણ ૨૫ મું.

પ્રકરણ ૨૧ મું.

સંયોગ અને બીજધારણ સંબંધી સૂક્ષ્મ નિયમો.

Excessive intercourse is the great cause of marital alienation. "DR. FOWLER."

"વિષયનો અતિયોગ એ પરણેલાં સ્ત્રીપુરૂષો વચ્ચેનું પ્રેમબંધન ઢીલું પાડનારૂં મોટું કારણ છે."

સંયોગ કેટલી મુદ્દતે કરવો તેનો સર્વને માટે એક સરખો નિયમ બાંધી શકાતો નથી, એ વાત પ્રથમ પણ કહેવામાં આવી છે. સ્ત્રીપુરૂષમાં પુરૂષ સક્રિય (active) છે અને સ્ત્રી નિષ્ક્રિય (passive) છે. તથાપિ પુરૂષમાં માત્ર કામનો આવેશ ઉત્પન્ન થવો એ કાંઇ સ્ત્રીસંયોગની ખરી યોગ્યતા કે ખરો સમય નથી.

સ્ત્રી સંબંધ માટે બને એટલી મુદ્દત લંબાવવી. લાંબી મુદ્દતને અંતરે સંયોગ કરનારા પુરૂષના વીર્યમાં ગર્ભાધાનને લાયકનાં બીજ

હોય છે. વારંવાર સંબંધ કરનાર પુરૂષના વીર્યમાં એવા ચૈતન્યમય જંતુઓ હોતા નથી. જે વીર્યમાં આવાં જીવનનાં બીજ ઓછાં હોય છે તે વીર્ય નબળું અને ગર્ભાધાનને માટે નિરૂપયોગી છે.

સંયોગ માટે નીચેની શરતો આપી શકાય:—

૧—સંયોગનો બેહદ જુસ્સો ખતમ થયા પછી ચોક્કસ મુદત વીત્યા પછી જ સ્ત્રી સંબંધ થાય.

૨—સ્ત્રી અને પુરૂષ બન્ને સંપૂર્ણ તન્દુરસ્ત સ્થિતિમાં હોય, અને એક વખત સંબંધ કર્યા પછી કાંઇ મુદત જવા દઇને બીજીવાર સંબંધ થાય; છતાં થાક કે શિથિલતા (ઢીલાપણું) ન લાગે તો જ તે સંબંધ યોગ્ય થયો ગણાય.

૩—સંબંધ કરવાની ઇચ્છામાં કાંઇ દેખીતો ઘટાડો માલમ ન પડે તો તે સંબંધ કાંઇક પણ ઠીક ગણાય.

૪—ચોક્કસ મુદતને અંતરે સ્ત્રીને ગર્ભ રહેતો હોય, તે ગર્ભ નિયમિત રીતે વધીને પુર્ણ માસે બાળક અવતરતું હોય, અને સ્ત્રી બાળકને ધવરાવી શકતી હોય, તો એવી સ્ત્રીમાં સંબંધ કરવો યોગ્ય ગણાય. આનો અર્થ એ કે જે સ્ત્રી આવા સ્ત્રીધર્મના સ્વાભાવિક નિયમથી બહાર એટલે રોગી હોય તે સ્ત્રીમાં સંબંધ કરવો નહિ.

૫—સ્ત્રીને ઋતુ નિયમિત આવતું હોય, અને એ ઋતુસ્રાવ બંધ થયા પછીના ઋતુના બાર દિવસોમાં સ્ત્રીને પુરૂષ પ્રાપ્તિની સ્વાભાવિક ઇચ્છા થતી હોય, તો સંયોગ કરવો, તે શ્રેષ્ઠ છે.

આ શરતો બધી રીતે પૂર્ણ થવી એ ભાગ્યે જ બને છે, કેમકે હાલની સુધરેલી જીંદગીમાં ઘણાં જ થોડાં સ્ત્રીપુરૂષો સંપૂર્ણ નિયમિત વર્તનવાળાં અને નિરોગી હોય છે; અને કૃત્રિમ વિકારો તથા આવેશનાં અનેક કારણો બને છે. આ પાંચ શરતો લગભગ ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રને અનુસરતી છે, માટે તેને અનુસરીને સંયોગ થાય તો વધારે સારૂં.

સ્ત્રીની કુદરતી ખાસીઅતો જોઇને આ સર્વ વાતોનો વિચાર

કરતાં છેવટ એક જ નિયમ ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રને અનુસરતો છે. તે નિયમ એ છે કે, સ્ત્રીને દસ્તાન આવી ગયા પછી જ્યારે સ્ત્રી પણ પુરૂષપ્રાપ્તિની ઇચ્છાવાળી થાય તે સમયમાં જે સંયોગ થાય તે બરાબર ગણાય. આ મુદ્દતમાં પણ સ્ત્રીસંબંધ ઉપરાઉપર નહિ જ કરવો.

પુરૂષપ્રાપ્તિની સ્ત્રીમાં જ્યારે ઇચ્છા ઓછી થવા લાગે છે, ત્યારે સંબંધ બંધ પડે છે અને સ્ત્રીની સગર્ભાવસ્થામાં તે સંબંધ છેક બંધ પડે છે. આથી જનન વ્યાપારના અવયવોનું બળ કુદરતી રીતે ખીલે છે.

ઋતુપ્રાપ્તિ પછી તરત જ ગર્ભ રહે, એવો નિયમ નથી. તે કોઇ પણ સમયે રહી શકે. એટલી વાત તો ખરી જ સમજવી કે ઋતુપ્રાપ્તિ પછીના દિવસોમાં સ્ત્રીઅવયવોની સ્થિતિ પુરૂષબીજને ધારણ કરવાને માટે વધારે અનુકુળ હોય છે.

બીજી વાત એ પણ ધ્યાનમાં રાખવી કે સ્ત્રીને દસ્તાનનો ઋતુસ્ત્રાવ ચાલતો હોય તે સમયમાં સંયોગ થાય તો ઘણું કરીને ગર્ભ રહેતો નથી, પણ કદિ ગર્ભ રહે છે તો તે ગર્ભ ખોડવાળો, અલ્પાયુષી અને મૂઢ હોય છે, અને એથી સંબંધ કરનારા પુરૂષને અપસ્માર (વાઇ) વગેરે મહા રોગ થાય છે.

ગર્ભધારણની ક્રિયા કેવી રીતે થાય છે તે સંબંધી થોડી સંક્ષિપ્ત સમજણ આ નીચે આપી છે:—

પુરૂષબીજ (વીર્ય) કમળમાં ગયા પછી ત્યાં કેટલીક મુદ્દત સુધી રહે છે તે વાતનો ગર્ભધારણની ક્રિયા સાથે સંબંધ છે. કેટલાક પુરૂષોના બીજમાં વધારે જીવન (ચૈતન્ય) હોય છે, અને કેટલાક બીજમાં ઓછું જીવન હોય છે. પુરૂષબીજની લાંબી કે ટુંકી હયાતિનો બીજો આધાર સ્ત્રીઅવયવોની રોગી કે નિરોગી સ્થિતિ ઉપર છે. જો સ્ત્રીની યોનિમાં કે કમળમાં કાંઇ રોગ હોય છે અને તેથી તેની અંદરનો રસપ્રવાહ (secretion) બગડીને ખાટો (acid) થઇ ગયો હોય છે તો ત્યાં પુરૂષબીજ લાંબા વખત સુધી જીવતાં નથી. એમાં જરા પણ શક નથી કે જો સ્ત્રીઅવયવો પૂર્ણ તન્દુરસ્ત હોય અને

પુરૂષબીજ બળવાન્ હોય, તો તે બીજ કેટલાક દિવસો સુધી ત્યાં જીવંત સ્થિતિમાં રહી શકે છે.

ગર્ભધારણનાં મુખ્ય સ્થાન સ્ત્રીઅંડ (fallopian tube) અને કમળ (Uterus) છે. સ્ત્રીઅંડમાં ગર્ભધારણ કરવા માટે પુરૂષનું વીર્ય કમળમાં પડયા પછી તે વીર્યમાંનાં ઈંડાંઓએ લાંબી મુસાફરી કરીને સ્ત્રીઅંડ સુધી પહોંચવું જોઇએ. કેટલાંક નિર્બળ ઈંડાંઓ વચમાંથી જ નાશ પામે છે. બળવાન્ ઈંડું જ ત્યાં પહોંચી શકે છે, અને એવી રીતે જો સ્ત્રીઅંડમાં બન્ને બીજ ભેગાં થાય છે તો તે બીજમાંથી જે બાળક થાય છે તે ઘણું જ બળવાન્ થાય છે. જેમ માણસોમાં કેટલાંક દુર્બળ અને કેટલાંક બળવાન્ જોવામાં આવે છે, એવી જ રીતે પુરૂષબીજ અને સ્ત્રીબીજ નિર્બળ હોય તો બચ્ચું પણ નિર્બળ થાય છે, અને તે બળવાન્ હોય તો બાળક પણ બળવાન્ થાય છે. પૂર્ણ જુવાનીમાં આ ઈંડાંઓ ઘણાં પરિપકવ અને બળવાન્ હોય છે, અને ઘણું કરીને મા ૩૦ વર્ષની અને બાપ ૩૫ થી ૪૦ વર્ષનો હોય તે સમયમાં તેમને જે બચ્ચાં થાય છે તે ઘણાં જ બુદ્ધિશાળી તથા બળવાન્ થાય છે, તેનું પણ એ જ કારણ છે, તમો તમારી આસપાસ તપાસ કરશો તો માલમ પડશે કે, તરૂણ અવસ્થામાં જે બચ્ચાં થયાં હોય છે તે નબળાં અને નાજુક (વેતીઆં) હોય છે, અને એ જ માબાપથી તેમની પુખ્ત ઉમરે જે બચ્ચાં થયાં હોય છે તે વધારે બળવાન્ અને વધારે દૃઢ શરીરવાળાં હોય છે.

સંયોગકાળમાં પુરૂષને ઉત્તેજનની જેટલી જરૂર છે એટલી સ્ત્રીને જરૂર નથી. તોપણ એટલી વાતમાં તો શંકા નથી કે, સ્ત્રીની બીજી બધી યોગ્યતા સાથે, તે ઉત્તેજિત થાય તો ગર્ભાધાન સરલતાથી થઇ શકે.

ગર્ભાધાનની સફળતા માટે સ્ત્રીમાં આર્ત્તવ એટલે સ્ત્રીબીજ હયાત હોવાની જરૂર છે. પણ આ વિષે એમ કહેવામાં આવશે કે, આર્ત્તવ તો ઋતુના ત્રણચાર દિવસોમાં બહાર વહી જાય છે, તો તેનો ખુલાસો એ છે કે, જે રૂધિરના રંગનું આર્ત્તવ ઋતુકાળમાં બહાર

પડે છે, તે સિવાય જે એક બીજો રસપ્રવાહ (secretion) ઋતુ-સ્નાતા સ્ત્રીના ઉત્પત્તિ અવયવોમાં ઉત્પન્ન થયો હોય છે અને જે આર્ત્તવ (સ્ત્રીબીજ) રૂપે પુરૂષબીજ (semen) ને ગ્રહણ કરવાને તૈયાર હોય છે, તેને પણ **आर्त्तव** કહે છે અને એ જ ખરૂ સ્ત્રીબીજ છે. આ આર્ત્તવને શારીરશાસ્ત્રના આધુનિક વિદ્વાન ડાક્ટરો alkline mucous કહે છે. સ્ત્રીના ઉત્પત્તિ અવયવોમાં આ આર્ત્તવ (mucous) ની હયાતી હોય તો જ ગર્ભ રહે છે.

સંયોગકાળમાં સ્ત્રીનું કમળમુખ (cervix) સ્વાભાવિક રીતે જાગૃતિમાં આવે છે, પછી તરત જ કમળનું મોં ઢીલું અને ઉઘાડું થાય છે અને પુરૂષબીજ (વીર્ય) જોરથી કમળમાં ધકેલાઇ પડે છે તથા ત્યાં પેલા આર્ત્તવ (mucous) સાથે મળી જાય છે.

સંયોગ પછી તરત જ કમળમુખ પાસેના આર્ત્તવમાં પુરૂષવીર્યનાં બીજ (spermatozoids) વિદ્વાન અનુભવીઓના જોવામાં આવ્યાં છે અને ગર્ભધારણના અટકાવ માટે યોનિદ્વારમાં બસ્તિ લીધા છતાં એ બીજ ધોવાઇ નહિ જતાં કમળમાં જઇને સ્ત્રીબીજને જઇ મળે છે અને ગર્ભધારણ કરે છે, એમ અનુભવી વિદ્વાન ડાક્ટરોનો મત છે.

કુદરતની ઇચ્છા સંતતિનો વધારો કરવાની છે, તેથી પુરૂષવીર્યનું બીજ કમળ બહાર કમળના મુખ ઉપર હોય છે તો ત્યાંથી પણ જેમ સ્ત્રીબીજ તેનું આકર્ષણ કરી પોતાની પાસે કમળની અંદર ખેંચી લે છે, એવી જ રીતે આ સંયોગકાર્યમાં કદિ પુરૂષેન્દ્રિયનો કમળ સુધી પ્રવેશ ન થાય તોપણ સ્ત્રીનું ખીલેલું કમળમુખ પુરૂષેન્દ્રિયના અગ્ર ભાગનું આલિંગન કરી લે છે અને પુરૂષવીર્યને ગ્રહણ કરીને કમળમાં ધકેલી સ્ત્રીબીજ સુધી પહોંચતું કરે છે, અને કવચિત્ કવચિત આવી રીતે પણ ગર્ભ રહે છે.

પુરૂષનું વીર્ય કેટલીકવાર એવી તો અદ્દભુત રીતે કમળમાં જાય છે કે તેનો ખુલાસો કરવો એ કામ ઘણું મુસ્કેલ છે. આંહિ સમ-

જવા જેવી વાત એ છે કે કુદરત તો પોતાનું કાર્ય નિયામત રીતે બજાવે જાય છે અને બે બીજને એકત્ર કરવાના કાર્યમાં તેનું ચાલે છે ત્યાં સુધી પ્રયત્ન કરી છુટે છે! પરંતુ જ્યાં આપણી ક્રિયાઓ જ કુદરતની ઇચ્છા વિરૂદ્ધ હોય, કુદરતના નિયમો વિરૂદ્ધ હોય, અને કુદરતની આજ્ઞા વિરૂદ્ધ હોય, ત્યાં આપણને નિષ્ફળતા મળે, એમાં કુદરતનો નહિ પણ આપણો જ દોષ છે, એમ આ બધા નિયમો ઉપરથી નક્કી થઇ શકે છે!

પ્રકરણ ૨૨ મું.

ગર્ભપ્રતિબંધના અનિષ્ટ ઉપાયો.

॥ प्रजायै गृहमेधित्वं ॥

"સંતતિ માટે જ ગૃહસ્થાશ્રમીપણું."

અતિ શૃંગારી અને વ્યભિચારી સ્ત્રીપુરૂષો પોતાની બદફેલીના ખરાબ પરિણામથી ડરીને એ પરિણામનો અટકાવ કરવાના કૃત્રિમ ઉપાયો યોજે છે, જે વિષે પૂર્વના એક પ્રકરણમાં થોડો ઇસારો કર્યો છે. વ્યભિચારી લોકો પોતાના આ અપકૃત્યથી ગર્ભ ન રહે તો ઠીક, એવું ઇચ્છે છે, અને તેથી ગર્ભધારણના પ્રતિબંધક ઉપાયો શોધે છે. પરણેલાં સ્ત્રીપુરૂષોમાં પણ આવી અનિષ્ઠ ઇચ્છા ઉત્પન્ન થવાનાં ઘણાં કારણો હોય છે. તેનાં થોડાં ઉદાહરણ નીચે પ્રમાણે છે:—

૧. જે સ્ત્રીનો બસ્તિપ્રદેશ (પેડુ અથવા તેનો પશ્ચાત ભાગ, જ્યાં ગર્ભાશય આવેલું છે તે) સાંકડો હોય છે, એવી સ્ત્રીને ગર્ભધારણની અને પ્રસવની ઘણી ધાસ્તી લાગે છે, અને લાગે એ સ્વાભાવિક છે. એવી સ્ત્રીએ ખરૂં જોતાં તો લગ્ન કરવાં નહિ જોઇએ.

૨. કેટલાંક રોગી સ્ત્રીપુરૂષોને એવો ભય લાગે છે કે આપણો રોગ આપણી સંતતિમાં ઉતરશે. આ ભયથી લગ્ન કર્યા પછી એ પરિ-

ણામનો અટકાવ કરવા માટે ગર્ભ પ્રતિબંધક ઉપાયો કરે છે. પોતાની સંતતિ રોગી ન થાય, એ હેતુ સારો છે, પણ તેને માટે ઉત્તમ ઉપાય તો એજ છે કે તેમણે પોતાના રોગોનો ઉપાય કરીને તથા નિરોગી થઇને પછી લગ્ન વ્યવહાર કરવો.

વિશેષ કરીને પાશ્ચાત્ય દેશોમાં વ્યભિચારી અને શૃંગારી સ્ત્રીઓ આવા ઉપાયો શોધતી ફરે છે, અને વિવાહિત સ્ત્રીઓ પણ પોતાના ધણીનો અત્યાચાર પોતાંની તન્દુરસ્તીને કે જીવને જોખમ ન પહોંચાડે અને તેને નાખુશ કરવાનો પ્રસંગ ન આવે, એટલા માટે ગર્ભ પ્રતિબંધક ઉપાયોની માહેતી શોધતી ફરે છે.

પુરૂષોની કામાતુરતાથી કેટલીક સ્ત્રીઓને જે દુઃખો, જે દરદો, અંતરાવયવોના વરમ, પીડા તથા યાતના ભોગવવાં પડે છે, તથા બેહાલપણે મરણ નીપજવાનો તેમને જે ભય લાગે છે, તેનો પુરો ખ્યાલ પણ પુરૂષોને આવી શકતો નથી. આવાં દુઃખોના અટકાવ માટે સ્ત્રીઓ આવા કૃત્રિમ તથા અનિષ્ઠ ઉપાયોને ઇચ્છે એ સ્વાભાવિક છે, માટે આ ખરાબીનો અટકાવ કરવો એ કેટલેક દરજ્જે પુરૂષોના હાથમાં છે.

ગર્ભ પ્રતિબંધના ઉપાયો ઘણી રીતે કરવામાં આવે છે. એમાંનો એક ઉપાય એવો પણ થતો જોવામાં આવે છે કે, માત્ર બહારના શારીર વ્યવહારો (આલિંગ, ચુંબન વગેરે) વડે કામેચ્છાને ભાંગી નાખી વીર્યપાતમાં જ સંભોગંની સમાપ્તિ કરવામાં આવે છે. આવી રીતે લાંબા વખતનો અભ્યાસ પડી જવાથી પૂર્ણ સંભોગમાં જે સુખ મળે છે તેથી પણ તેમાં વધારે સુખ મળે છે, એવું એ લોકો કહે છે. પણ આ આચરણમાં ઘણી ખરાબી રહેલી છે. એક તો એ કે તે પૂર્ણ થયાની વચમાં મનને તથા શરીરને કબજામાં રાખવા જેટલો સ્ત્રીપુરૂષમાં આત્મસંયમ હોવો જોઇએ, પણ એવો કાબુ હજારમાં એકને પણ હોતો નથી. બીજી ખરાબી એ છે કે, તેમની કામેચ્છા ઘણી જ કાચી તથા સંકોચવાળી હોવી જોઇએ. આ સિવાય એવું બને છે કે, આ અપૂર્ણ સંભોગથી વીર્યના પ્રજોત્પાદક જંતુઓ વૃદ્ધિ પામીને

વીર્યવાહિની નળીમાંથી વીર્યાશયમાં એકઠું થઇને બહાર વહેવા લાગે છે. જેથી પહેલી રાત્રીમાં કે પાછલી રાત્રીમાં વીર્ય સ્ખલિત થયા વિના રહેતું જ નથી. આનો ભાવાર્થ એ છે કે સંભોગ વખતે વીર્ય જલદી પડવા ન દેવાથી અથવા પડતું અટકાવી રાખવાનો કૃત્રિમ પ્રયાસ કરવાથી તે પાછું સ્વપ્નાવસ્થામાં સ્ખલિત થાય તેથી પુરૂષની તન્દુરસ્તીને મ્હોટો ધક્કો પહોંચે છે, કેટલાક સમય ઉપર મારી પાસે આવો જ એક પુરૂષ દરદી આવ્યો હતો. તેણે પોતાના વીર્ય સંબંધી દરદની હકીકતના પૂર્વ વૃત્તાંતમાં એવું જણાવ્યું કે, મારે એક પરાઇ સ્ત્રી સાથે પ્રીતિ બંધાણી હતી; હું તેણીની પાસે નિત્ય જતો તથા લંપટપણાથી તેણીની સાથે અલિંગનાદિથી સર્વ ચેષ્ટાઓ કરતો પણ તે વિધવા હોવાથી તેણીને ગર્ભ રહેશે એવા ભયથી હું સંભોગ કરવાથી ડરતો હતો. આવો વ્યવહાર ઘણા સમય સુધી ચાલ્યા પછી કેટલેક સમયે મેં બીજી સ્ત્રી સાથે લગ્ન કર્યું અને એ મારી સ્ત્રી સાથે એકાદ માસ સુધી તો હું લગ્ન હક્કનો ઉપયોગ કરી શક્યો, પણ પછી મને સ્વપ્નમાં વીર્યપાત થવા લાગ્યો અને હાલ હું તદ્દન નપુંસક બની ગયો છું તથા મારી સ્ત્રી પાસે જતાં લજ્જા પામું છું. આ માણસને માટે મેં ઘણા ઉપાયો કર્યા હતા પણ તે નિષ્ફળ ગયા હતા. તેણે શારીરિક તેમજ નીતિ સંબંધી બે પ્રકારનાં પાપ કરેલાં હતાં અને તેના સ્વાભાવિક પરિણામ તરીકે તેને આવી નામોશીમાં તથા દુઃખમાં આવવું પડ્યું હતું.

ઘણા પુરૂષોને સ્ત્રી સાથે બહારની શારીરિક ચેષ્ઠાઓ કરીને આનંદ મેળવવાની ટેવ પડે છે, પણ એમ કરતાં વીર્યની પ્રવૃત્તિને પરાણે રોકવી પડે છે અને તેનું પરિણામ ઘણુંજ ખરાબ આવે છે. એવા પુરૂષો પાછળથી અરધા નપુંસક બની જાય છે અથવા વીર્યપાતનાં અસાધ્ય દરદોના ભોગ થઇ પડે છે.

ગર્ભ પ્રતિબંધ માટે કેટલાક ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્રજ્ઞો એક રામબાણ ઉપાય બતાવતા ફરે છે. તે રામબાણ ઉપાય એ છે કે, અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે સ્ત્રીને ગર્ભ ઋતુકાળના દિવસોમાં જ રહે છે,

અને તે પછી ગર્ભ રહેતો નથી; એવા નિયમ ઉપર તેઓ એવી સલાહ આપે છે કે, ઋતુકાળ પછીના બીજા પખવાડીઆમાં સ્ત્રી સંબંધ કરવો, એટલે ગર્ભ ધારણ થશે નહિ. ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્રના આધાર પ્રમાણે આ વાત ખરી છે, તથાપિ આ ઉપાય રામબાણ નિર્ભય તથા અચુક છે, એવું કોઇએ સમજવું નહિ. કારણ એ છે કે, સંભોગ કૃત્ય પૂર્ણ થવાને સ્ત્રીપુરૂષ બન્નેને ખરી સંભોગેચ્છા થવી જોઇએ; તેમાં કાંઈ અપૂર્ણતા રહે છે તો તેમાંથી આત્મ વ્યભિચાર વડે કે હસ્ત મૈથુન વડે જેટલી ઇજા થાય છે એટલી જ ઇજા તે બન્નેને થાય છે. આ વાતનો સાર એ છે કે ઋતુકાળમાં સ્ત્રીની કામેચ્છા તૃપ્ત નહિ થવાથી તેણીને બીજા સમયમાં સંભોગની ઇચ્છા થઈ આવીને તે મધ્યે સ્ત્રીબીજ કમળમાં આવી લાગતાં બન્ને બીજનો સંયોગ થયો કે કાંતો ગર્ભ રહી જાય છે અથવા તો હસ્તમૈથુન કરતાં પણ વધારે બુરૂં પરિણામ આવે છે.

કેટલાક એવી સલાહ આપે છે કે બચ્ચું ધાવતું હોય તે સમયમાં સ્ત્રી સંબંધ કરવાથી ગર્ભ રહેવાનો સુદ્દલ સંભવ નથી. આ વિચાર પણ ભુલ ભરેલો છે. ખરૂં એ છે કે સ્ત્રીનો આ સમય ગર્ભધારણને માટે યોગ્ય કાળ નથી, તોપણ આ સમયના સ્ત્રી સંબંધથી ગર્ભ રહેવાનો સંભવ નથી એમ નહિ સમજવું; છોકરૂ ધાવતું હોય છે, અને ગર્ભ રહે છે, એવા સેંકડો દાખલાઓ આપણી નજર આગળ બને છે.

ગર્ભ પ્રતિબંધ માટે સંભોગ પછી સ્ત્રીજનનેન્દ્રિયને ઠંડા પાણીની પીચકારી વડે ધોવાની ભલામણ થતી જોવામાં આવે છે, પરંતુ તેમાં અચૂક હેતુ પાર પડે છે એમ સમજવું નહિ, કેમકે પુરૂપ બીજ કમળમાં છેટે પહોંચી ગયું હોય છે તો તે પીચકારીથી બહાર નીકળી શકતું નથી. વળી આવા અતિ ઉષ્ણ નાજુક અવયવમાં ઠંડા પાણીની પીચકારી મારવી એ કોઇ પણ રીતે સલાહકારક નથી.

ગર્ભ પ્રતિબંધ માટે આવા અનેક કૃત્રિમ ઉપાયો બતાવવામાં

તથા કરવાંમાં આવે છે, પણ તે સર્વે ઉપાયો હાનિકારક છે. સર્વથી ઉત્તમ રામબાણ ઉપાય તો એક જ છે, અને તે ઉપાય એ છે કે, સ્ત્રીસંભોગ કરવો જ નહિ. સ્ત્રીપુરૂષ બન્ને મનમાં ધારે તો આ વાતનો ત્યાગ કરી શકે. આ સંબંધી પુરૂષ પોતાના મનમાં પૂર્ણ વિચાર કરશે તો તેની ખાત્રી થશે કે, પોતાની વાસનાને નિયમમાં લાવવી એજ ગર્ભ પ્રતિબંધનો ખરો ઉપાય છે. ઉપર બતાવેલા કૃત્રિમ ઉપાયો કદિ સફળ થાય છે, તોપણ તે ઉપાયોમાં સ્ત્રીપુરૂષોની તન્દુરસ્તીને ઘણી હાનિ પહોંચે છે. શું આ ઉપરથી જ એમ સિદ્ધ થતું નથી કે ગૃહસ્થાશ્રમ કેવળ ધર્માચરણ માટે તથા લગ્ન (સંયોગ) એ માત્ર પ્રજોત્પત્તિ માટે જ કુદરતથી નિર્માણ થયેલ છે? આને માટે આથી વધારે પ્રબળ પુરાવાની જરૂર નથી. કારણ કે આ વિષયમાં જો ઇશ્વરનો સંકેત કાંઇ જુદો જ હોત તો તે સર્વજ્ઞ પરમાત્માએ સ્ત્રીપુરૂષની જનનેન્દ્રિય રચના જ એવી વિલક્ષણ કરી હોત કે જેથી સ્ત્રીપુરૂષો પોતાનો કામવાસનાનો વ્યાપાર ઇચ્છા પ્રમાણે ચલવ્યા કરે છતાં પોંતાની ઇચ્છા વિના ગર્ભ ધારણ થઇ જ શકે નહિ! પણ ખરી વાત એમ છે જ નહિ. ગૃહસ્થાશ્રમ તથા લગ્ન એ સંતતિ માટે જ છે, અને એ જ નિર્વિવાદ ઇશ્વરી સંકેત છે.

પ્રકરણ ૨૩ મું.

શૃંગારસુખનો ગેરઉપયોગ.

ऋतुकालाभिगामी स्यात्स्वदारनिरतः सदा ।
पर्ववर्जं व्रजेच्चैनां तद्व्रतो रतिकाम्यया ॥ —मनु—

"પતિએ ઋતુકાળમાં સ્ત્રીગમન કરવું, સદા પોતાની સ્ત્રીમાં જ પરાયણ રહેવું, તથા રતીની કામનાથી સ્ત્રી પ્રાર્થના કરે તો પતિએ પર્વોનો ત્યાગ કરીને સ્ત્રીગમન કરવું."

પ્રત્યેક પ્રાણીના શરીરમાં મગજના બે ભાગ છે. એ બેમાં એક ભાગ નાનો અને બીજો તેથી ઘણો જ મોટો છે. નાના ભેજાને **શતદલ** અને મોટા ભેજાને **સહસ્ત્રદલ** એવી સંજ્ઞા આપેલી છે. નાના ભેજાનું સ્થાન મોટા ભેજાની નીચેની બાજુમાં છે. નાના ભેજામાં વળીઆં જેવી આકૃતિ છે, અને મોટા ભેજામાં તેથી ભિન્ન આકાર છે; નાના ભેજાનાં આ વળાં એકમેકમાં ગુંથાઇ ગયાં હોય છે તથા તેની સંખ્યા પણ ઘણી મોટી છે. આકારના માપથી જોતાં મોટા ભેજા કરતાં નાના ભેજામાં ધોળો મગજ મોટા પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે. આ નાના ભેજાનો આકાર તમામ માણસોનો જુદો જુદો હોય છે; તેમજ એક જ સખ્સમાં જુદી જુદી વય પ્રમાણે કમી જાસ્તી હોય છે. આ નાના ભેજાના વળાંની સંખ્યા તથા આકાર જેવી રીતે કમી જાસ્તી છે તેમ માણસની બુદ્ધિ તથા શક્તિ પણ કમી જાસ્તી હોય છે. નાનાં બચ્ચાંનું ભેજું છેક નાનું હોય છે અને તેમાં પૂર્ણતા ૨૫ વર્ષની અંદર થતી નથી. પુરૂષ કરતાં સ્ત્રીનું નાનું ભેજું જરા વધારે મોટું હોય છે. નાનું ભેજું બે પકારનું કામ કરે છે. ૧. ગૃહ સંબંધી સર્વે માનસિક પ્રવૃત્તિનું તે સ્થાન છે. ૨. શરીરની સર્વ જુદી જુદી

ગતિ તથા વ્યાપાર સાથે તેનેા સંબંધ છે તથા શરીરમાં સમતોલપ
રાખવાની તેમાં શક્તિ છે.

ઉઠવું, બેસવું, ચાલવું, દોડવું અગર હાથપગની કાંઇ પણ હા
ચાલ, અગર એથી પણ અધિક મહત્વની બુદ્ધિની જે ગતી, તે સર્વે
આ નાના ભેજા સાથે સંબંધ છે. કારણ કે જે માણસોમાં
નાનું ભેજું વધારે મોટું હોય છે તે માણસોની ગતિ જેવી ચંચ
તેમની ચાલ જેવી મોહક, અને તેનું કામ જેવું સુંદર હોય છે, તેમ
તેનામાં માણસનું કે પદાર્થનું ગુણગ્રાહકપણું જેવું તીક્ષ્ણ હોય
એવું થેાડા અંશવાળા નાના ભેજાના માણસમાં હોતું નથી, અથ
મુદ્દલ હોતું નથી. ઉલટું તેમની ચાલ ઢંગ વિનાની, તેમની કૃતિ જ
અને તેમની મતિ મંદ હોય છે.

આ નાના ભેજાનો બીજી શક્તિનેા અત્રે વિચાર કરવાની જરૂ
નથી. ફક્ત તે ગૃહપ્રવૃત્તિનું તથા વિશેષ કરીને શૃંગારભોગનું તે સ્થા
છે, એટલુંજ ધ્યાનમાં રાખવું બસ થશે. નાના બચ્ચાંમાં અથ
અપક્વ વયના તરૂણેામાં આ શૃંગાર ઇચ્છા મોટા માણસ કરતાં
હિસ્સેા જ હોય છે. તે શૃંગારઇચ્છા (૨૫) વર્ષના પુરૂષમાં ૧/૭ હિસ
હોય છે. મગજમાં આ શક્તિનું આવડું મોટું પ્રમાણ છે, તે ઉપરથ
વ્યક્તિ નિયમન સબંધે આ એક અતિ મહત્વની ઇન્દ્રિ છે, એ
સહજ સમજાય છે. પણ મગજની રચનામાં આ પ્રવૃત્તિનું સ્થાન બ
જ નીચેની બાજુમાં હોવાથી તેની ગણના નિરીક્ષક (અવલોકનકાર
શોધક, અગર નિયામક તત્વ મધ્યે કરવા કરતાં રક્ષક તત્વમાં કરવી
વધારે યેાગ્ય થશે. જે જે ઇન્દ્રિય શક્તિનું સ્થાન ભેજામાં વધા
ઉંચા ભાગમાં હોય છે તે તે ઇન્દ્રિય વ્યાપારથી વધારે સુખ અ
આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે, એ વાત પ્રત્યેક માણસે ધ્યાનમાં રાખવી
કારણ કે આ શૃંગારસુખની તૃપ્તિથી અતિશય સુખ ભેાગ મળે છે, એવ
ઘણા લોકોની સમજ થઇ ગઇ છે. આ ભૂલ ભરેલી સમજમાંથ
જગતમાં એવાં જ દુઃખેા ઉદ્ભવ થવા પામ્યાં છે. તરૂણ સ્રીપુરૂ

ઉતાવળાપણાથી પોતાને શૃંગારસુખના યથેચ્છ ઉપભોગનો અવકાશ ક્યારે મળે તેની વાટ જોતાં હોય છે, અને ઘણીવાર તો પોતાના શરીરની પુરી વૃદ્ધિ થવા દેવાની રાહ નહિ જોતાં કાચી વયમાં જ ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્રને છાજલી ઉપર મુકી દઇને, આ નિષિદ્ધ ફળનો સ્વાદ ચાખવાને જેવો દોડે છે, તે બરોબર જ આધિ, વ્યાધિ, અકાળ વૃદ્ધાવસ્થા, તથા બેહાલ મૃત્યુ, ઇત્યાદિ મોટાં દુ:ખોની અસહ્ય સાંકળો પોતાને હાથે પોતાના ગળામાં પેહેરાવી દે છે!

સજીવ શરીરને સ્વાભાવિક જે ચેતન્ય શક્તિ હોય છે તેને ઉત્પન્ન કરનાર તથા તેને પોષણ આપનાર મજ્જારસ ભેજામાં જ ઉત્પન્ન થાય છે. એકાદ ઇન્દ્રિય વ્યાપારને જાસ્તિ વધારવાને માટે આ રસ પોતાનું નિત્યનું સ્થાન છોડીને તે ઇન્દ્રિય તરફ વહેવા માડે છે. એટલા માટે શૃંગારસુખની જાસ્તિ તથા નિરંતર પ્રવૃત્તિ કરવી એ બીજી ઇન્દ્રિયોને હાનિ કર્યા વિના બનતી નથી. કેટલાંક સ્ત્રીપુરૂષોનાં કામવિકારો સંબંધી આચરણો ઘણાં બેહુદાં હોવાથી તેઓએ પોતાની શૃંગાર પ્રવૃત્તિનો એટલો બધો એકાએક અને અતિશય ઉપયોગ કર્યો હોય છે કે, તેના પરીણામે ચૈતન્ય રસ તો પ્રથમના જેવો સંગ્રહ થયા પહેલાં જ તેઓ યમદ્વારમાં પહોંચી ગયેલાં જોવામાં આવ્યાં છે!

સાંપ્રત કાળમાં ચારે તરફ વિષયલંપટતા ફેલાતી ચાલી છે, એ મોટા ખેદની વાત છે! નિશાળોમાં શીખવા જનારા પોરીઆઓથી માંડીને પુખ્ત ઉમરનાં સ્ત્રીપુરૂષો પર્યંત સર્વ લોકો ઉપર આ નિંદ્ય વ્યસનનો અમલ થયો છે. પરણેલાં કે વગર પરણેલાં, શ્રીમંત અને ગરીબ, ઉંચ અને નીચ, ભણેલ અને અભણ, સર્વ વર્ગના લોકો શૃંગારસુખ પાછળ પોતાના જીવનરસનો દુરૂપયોગ કરી રહ્યા છે. શૃંગાર સુખનો ખોટો ઉપયોગ એ હાલનાં સમયનો એક સાર્વજનિક અથવા લોકપ્રિય દુર્ગુણ થઇ પડયો છે! આ પ્રવૃત્તિના યોગ્ય ઉપયોગ સંબંધી જ્ઞાનની આજ સર્વત્ર જરૂર છે. આ જ્ઞાનના ઉપયોગથી જ આ લોકનું ખરૂં સુખ અને પરલોકની ઉત્તમ ગતિ મળવાની આશા છે.

'શૃંગાર પ્રવૃત્તિનો દુરૂપયોગ ' એટલે નાના છોકરામાં અગર કાચી ઉમરનાં સ્ત્રીપુરૂષોમાં પોતાના વીર્યનો અવળો ઉપયોગ કરવાની જે આદત પડી છે તે છે. મૈથુનનો અતિયોગ અને બીજા અત્યાચારોનો પણ તેમાં સમાવેશ થાય છે. સમાજની આવી સ્થિતિ થવાનાં અનેક કારણ છે, અને વંશપરંપરાગત વારસામાં ઉતરેલી આ કામવાસનાઓ એ તેમાંનું એક મુખ્ય કારણ છે. પ્રજોત્પત્તિના નિયમો સંબંધી માબાપોના અજ્ઞાનનું ભાવી સંતતિ ઉપર પરિણામ ઉતરી આવીને તેમની પ્રવૃત્તિ પણ, કુદરતી ઇન્દ્રિય વ્યાપાર કરતાં, શૃંગારપ્રવણતા તરફ વધારે વળી જાય છે.

આ દુષ્ટ પ્રવૃત્તિ (શૃંગારનો દુરૂપયોગ) નું બીજુ કારણ માદક ખાનપાન છે, કેમકે તેના સેવનથી વાસના ભ્રષ્ટ થાય છે. માંસ જેવો ભારે ખોરાક ઇચ્છા મુજબ ખાવો, ગમે તે જાતનો દારૂ મરજીમાં આવે એટલો પીવો, અને એવી જ રીતે બીજા નુકશાનકારક પદાર્થોનાં વ્યસનોમાં આશક્ત બનવું, તે સર્વનું પરિણામ વિષયવાસના તરફ ઘણું અનિષ્ઠ આવે છે, એમાં જરા પણ સંશય નથી. ચા, કૉફી, તમાકુ, દારૂ તથા માંસ એ સર્વ પદાર્થ માદક હોવાથી ઉત્તેજક છે, અને જેવાં જેવાં માદક તથા ઉત્તેજક ખાનપાન પેટમાં જાય તેવો મજ્જાતંતુઓને દાહ થાય છે, તેથી વિશેષ કરીને જનનેઇન્દ્રયોના મજ્જાતંતુ તપી જાય છે અને એ સંતાપનું ભેજાના મૂળમા પરાવર્ત્તન થઇને વિષયવાસના વધે છે. અતિ મીઠું, મરી, રાઇ, અથાણાં, તથા બીજા ક્ષાર પદાર્થો ખાવાથી કોઠો જડ બનીને ઝાડાનો કબજો થાય છે, અને એ કબજાનું જનનેઇન્દ્રિય ઉપર દબાણ થતાં કામેચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે. આ પદાર્થો જેટલા ઓછા ખવાય એટલો ઓછો ત્રાસ થાય.

જેઓને આ વાત ઉપર વિશ્વાસ ન હોય તેમણે ચાર છ માસ સાદા ખાનપાનનો ઉપયોગ કરીને ખાત્રી કરવી.

સ્ત્રીઓના પોશાક સંબંધી શોખ અને જુદા જુદા આકર્ષક ફેશનેબલ પોશાક પણ વિષયવાસનાને જાગૃત કરવામાં કારણભૂત થાય છે.

જાકીટો, કાંચળીઓ, કમરપટા, વગેરે બંધનોવડે છાતી તથા કમરને જકડી લેવાથી શિરાઓનું લોહી રક્તાશય તરફ છુટથી જઇ શકતું નથી અને તેથી તે લોહી જનનેન્દ્રિય ઉપર દબાણ કરીને મજ્જાતંતુઓને અસ્વાભાવિક રીતે સંતપ્ત બનાવે છે.

માથાની શોભા વધારવા માટે કૃત્રિમ વાળ તથા બોજાવાળા અંબોડા ઘાલવાનો ચાલ પડયો છે, તે પણ નુકસાનકારક છે, કેમકે તેથી નાના ભેજા ઉપર દાબ વધવાથી તે ભાગ વધારે તપે છે અને ત્યાં જોઇએ તે કરતાં વિશેષ રક્ત પ્રવાહ ચડી આવીને સંભોગવાસનાનો વધારો થાય છે.

શૃંગારનાં પુસ્તકોના વાંચનથી પણ વિષયવાસના ઘણી વધે છે. જે જુવાન પુરૂષોએ નવલકથાઓ વાંચી હશે તેમને આ વાતનો જાતિ અનુભવ થયો હશે. આપણા દેશમાં સ્ત્રીઓનો મોટો ભાગ હજુ અભણ છે, એટલે એમને એવી નવલકથાઓનો ચેપ લાગ્યો નથી, પણ યુરોપ તથા અમેરિકાની ઘણીખરી સ્ત્રીઓ ભણેલી હોવાથી નવલકથાનાં પુસ્તકો વારંવાર તેમના વાંચવામાં આવે છે, અને એવા હલક તથા કામોત્તેજક વાંચનથી તેઓમાં વિષયવાસનાનો અગ્નિ પ્રકટ થાય છે

શ્રીમંતાઇ, સુખ અને આળસ, એ ત્રણ જ્યાં એકઠાં થયાં હોય છે, ત્યાં પણ સ્ત્રીઓ વિશેષ કામવાસનાવાળી થાય છે: કેમકે શ્રીમંતોના ઘરમાં બીજો કામ ધંધો હોતો નથી, ત્યાં પૈસાની પૂજા થતી હોવાથી ઇશ્વરની પૂજા કે ઉપાસનાનો મોટે ભાગે અભાવ હોય છે અને દ્રવ્યની રેલમછેલ હોવાથી એવાં શ્રીમંત કુટુંબોમાં, સ્ત્રીઓ પોતાનો ઘણોખરો સમય ખાવાપીવામાં, ગપ્પાં મારવામાં, આળસમાં ભણેલી હોય તો નાટક અને નોવેલ જેવાં ભળતાં જ પુસ્તકો વાંચવામાં કે સાંભળવામાં, અને રાતનો વખત નાટકો જોવામાં જાય છે અને એ સર્વ કામવાસનાને ઉત્પન્ન કરવામાં મદદગાર થાય છે.

સ્ત્રીપુરૂષના સંયોગ મધ્યે જીવનશક્તિનાં મુખ્ય બે તત્વો સાથે સંબંધ છે. એક **વીર્ય** તથા બીજું **મજ્જા** વીર્યની ઉત્પત્તિ રક્ત

માંના શુદ્ધ તત્વના સંચયથી થાય છે. ગર્ભપિંડ પણ આમાંથી જ બને છે અને આ તત્વ જ પુરૂષના રક્તપ્રવાહમાં ફરી પ્રાપ્ત થાય છે તેથી પુરૂષના પુરૂષત્વમાં–બળમાં ઘટાડો થતો નથી. પણ અનિયમિત અને અતિશય વિષયલંપટથી ભેજાની અંદરના મજ્જારસનો વધારે વ્યય થાય છે. ભેજામાં મજ્જારસનો જેટલો સંચય થાય છે તેના કરતાં તેમાંથી ખર્ચ વધારે થાય તો હિસાબે ખોટ આવે અને દીવાળું નીકળે, એ વાત ઉઘાડી જ છે! અને ઘણા વિષયલંપટ સ્ત્રીપુરૂષોના અવિચારીપણાથી તેમના શરીરનું આ અતિ ઉપયોગી જીવનતત્વ અકાળે ખુટી જવાથી ઔષધોની મદદ માટે વ્યર્થ ફાંફાં મારતાં તેમને આપણે દેખીએ છીએ!

આટલી વાત તો ચોક્કસ છે કે વિષય સેવનથી શરીરની જીવન-શક્તિ એટલે શરીરનું ખરૂં સત્વ ખરચાઇને ખુટતું જાય છે અને તેથી ખાલી શરીર અનેક પ્રકારનાં દરદોને વશ બની પાયમાલ થતું જાય છે. ઘણુંખરાં સંસારી જોડાંનાં શરીરની ખરાબી આવી તરેહથી જ થાય છે, તેમ છતાં તેમને માલમ હોતું નથી કે તેમના શરીરની આ અ-સંખ્ય વિટંબનાઓનું કારણ માત્ર વિષયસેવન જ છે! તેઓ આ સં-બંધી અજ્ઞાનને લીધે વિષય વ્યાપાર તો ચાલુજ રાખે છે, અને બીજા કૃત્રિમ ઉપાયોથી પૈસાની અને શરીરની ઉલટી વધારે ખરાબી કરે છે, કેમકે શરીરમાં નબળાઇ અને દરદોને ઘર થવાનું ખરૂં કારણ તો દુર થતું જ નથી. આવી સ્થિતિમાં આપણાં અકાળ મૃત્યુ થાય એમાં આશ્ચર્ય શું!

નિશાળોમાં ભણવા જનારા નાદાન છોકરાઓમાં અને ભણી ઉતરેલા અજ્ઞાન જુવાનોમાં સ્વાભાવિક રીતે વધતી જતી કામવાસના અને શક્તિનો યોગ્ય સમયે અને નિયમિત ઉપયોગ કરવા સંબંધી જ્ઞાન નહિ હોવાથી, ગમે તો બીજાઓનો દાખલો જોઇને કે ગમે તો મોટાઓને અનુસરીને, તેઓ પોતાના વીર્યનો ગેરઉપયોગ કરવા લાગે છે. આ ઉપયોગને આત્મવ્યભિચાર અથવા હસ્તમૈથુન કહેવામાં આવે

છે. આ દુરાચરણમાં એક પ્રકારનો આનંદ આવે છે; પણ તેનું પરિણામ કેવું આવશે, તેનું તેને જ્ઞાન નહિ હોવાથી આ કૃત્ય તે ચાલુ રાખે છે. અને તેમાંથી પરિણામ એ આવે છે કે તે માણસ પુરૂષાતનમાંથી જાય છે; આ સિવાય ચિત્તભ્રમ, વ્યગ્રતા, વગેરે માનસિક તેમજ અપચન, ધાતુસ્રાવ, મસ્તકની પીડા, વગેરે શારીરિક પીડાઓ લાગુ પડે છે. તેનાં માબાપ અથવા સંબંધીઓ ખરૂં કારણ જાણતાં નહિ હોવાથી તે દરદને ક્ષય અથવા એવા જ એકાદ રોગમાં ફેરીમારીને તેના ઉપાયો કરે છે. તરૂણ સ્ત્રીઓને પણ આ વાત કાંઇ અંશે લાગુ પડે છે, પણ સદ્‌ભાગ્યે પાશ્ચાત્ય દેશોની સ્ત્રીઓનો આ દુરાચાર આપણા દેશમાં હજી દાખલ થયો નથી.

કેટલાક જુવાન પુરૂષો શૃંગારસુખની ઇચ્છાથી ઘર બહાર રખડતા ફરે છે, અને બેશરમપણે એકાદ વેશ્યા કે રાખેલી સ્ત્રી પછવાડે પોતાના શરીરની, પૈસાની અને ઇજ્જત આબરૂની પાયમાલી કરે છે. આવી હલકી વર્તણુકના તરૂણોમાં પવિત્ર આચાર કે ઉંચા વિચારો હોઇ શકતાં જ નથી. તેઓ ઉલટા નીચ અને અધમ સ્વાભાવના બને છે અને મનખા ત્યાગ જાય છે. એવા દુરાચારી પુરૂષો પોતે બગડે છે, એટલું જ નહિ પણ તેઓ પોતાનાં આ અપવિત્ર દુષ્ટ કૃત્યથી પોતાની સ્ત્રી ઉપર તથા પોતાનાં ભાવી બાળબચ્ચાં ઉપર કેવાં કેવાં સંકટો લાવે છે, તેનો તેમને સ્વપ્નમાં પણ ખ્યાલ હોતો નથી. તેઓ આવી સ્ત્રીઓમાંથી દુષ્ટ રોગો લાવીને ઘરમાં ઘાલે છે. વેશ્યાઓ અને વ્યભિચારી સ્ત્રીઓમાંની સેંકડે ૭૫ સ્ત્રીઓ દુષ્ટ ચેપી રોગવાળી હોય છે. અને આવો ગરમીનો ચેપી રોગ એકવાર લાગુ પડયો કે તેનું શરીરમાં ઘર થયું જાણવું. આવા ગરમીના રોગવાળી સ્ત્રીને કાંતો છોકરાં થતાં જ નથી, અથવા થાય છે તો રોગી થાય છે, અને તે રોગ પેઢી ઉતાર ચાલે છે. ઘણીક સ્ત્રીઓને ગરમીથી સડેલાં છોકરાં અવતરે છે. તે બિચારી નિર્દોષ સ્ત્રીઓને માલમ પણ હોતું નથી કે તેમના પ્રાણપતિઓએ બહાર રખડીને તેમને અને તેમની સંતતિને

આ વારસો આપ્યો છે ! આવી સ્ત્રીઓને જે છોકરૂં અવતરે છે તે સડેલું હોય છે, પણ ઘણીવાર એ બચ્ચાંની ગરમી બહાર નીકળેલી નહિ હોવાથી પ્રથમ તો તે છોકરૂં ઘણુંજ નિરોગી અને સુંદર દેખાય છે; પણ થોડા માસમાં એ ગરમી બહાર દેખાય છે, મોં સડે છે, ગુદા સડે છે, અને ચામડી ઉપર ગરમી નીકળે છે. બિચારી અજ્ઞાન સ્ત્રીને આ ચેપી રોગનું સ્વપ્ન પણ હોતું નથી; ઘણા નાદાન અને ગમાર પુરૂષો પણ જાણતા હોતા નથી કે આ સડેલ છોકરૂં એ તેમની પોતાની બદફેલીના પાપનું ફળ છે ! અને તેથી તેઓ આ દરદને રતવા, કોઠાની ગરમી, એવાં એવાં નામ આપીને મનનું સમાધાન કરે છે, અથવા વળગાડ, ભૂત, નજર, વગેરે કલ્પિત કારણો કલ્પીને તેના અવળા ઉપાયો કરે છે !

આવાં શૃંગારસુખમાં પુરૂષો જ નહિ પણ ઘણીવાર સ્ત્રીઓ પણ લપટાઈ પડે છે અને દુષ્ટ પુરૂષોના સંબંધથી પોતાની નીતિને ભ્રષ્ટ કરે છે, એટલું જ નહિ પણ પોતાના પવિત્ર શરીરને અપવિત્ર કરવા ઉપરાંત પોતાના શરીરમાં આવો ગરમીનો રોગ લાવે છે. છોકરાં વારંવાર ગરમીવાળાં આવે અને સડીને કે ગરમીના ઝાડાથી કે સસણીથી મરી જાય ત્યારે નક્કી સમજવું કે મા કે બાપ એમાંથી કોઈના પણ દુષ્ટાચરણથી લાગુ પડેલા ચેપી રોગનું આ પરિણામ છે !

શૃંગારસુખનું આ પરિણામ છે ! તેમાં જે સુખ અથવા આનંદ લાગે છે તે વાસ્તવિક રીતે ખરૂં સુખ કે ખરો આનંદ નથી. માત્ર વ્યસનના સરખો આનંદ છે, પણ તેનાં પરિણામ કેવાં ભયંકર છે, તે આ વિવેચનથી સહજ સમજાશે.

આ વાતમાં કાંઈ પણ અતિશયોક્તિ નથી. શૃંગારસુખથી અને રંડીબાજીથી કેવાં ભયંકર પરિણામ આવે છે તેની વિશેષ ખાત્રી કરવી હોય તો શેહેરોની મોટી હૉસ્પીટલોમાં જઇને જુવો ! તે હૉસ્પીટલોની અંદરના ખાટલાઓમાં પડેલા સેંકડે પચાસ દરદીઓ આ બદફેલીના ભોગ થઈ પડેલા હોય છે, અને જ્યારે કાંઇ પણ ઉપાય લાગુ પડેલો

હોતો નથી ત્યારે તેઓ ત્યાં શસ્ત્રોપચા-. અને પાટાપીંડીના ત્રાસદાયક ઉપચારોને લાચારીથી શરણ થયેલા હોય છે. ત્યાં જશો એટલે તે-મના ચેહેરાઓજ તમને એમ કહેશે કે, અરે, ભાઇઓ! અમારી બદફેલીનું આ પરિણામ છે, માટે તમો ભૂલેચૂકે અમારા જેવું દુષ્ટ કામ કરશો નહિ! હૅાસ્પીટલોમાં સડતા અને આક્રંદ કરતા આવા ગરમીના દરદીઓનાં ત્રાસદાયક દુઃખો જોઇને ગમે એવો વિષયલંપટ પુરૂષ પણ પોતાના મનમાં કસમ ખાવા લાગશે કે ' હું આવા દુષ્ટ માર્ગે કદિ પણ જઇશ નહિ!' પણ આવાં ભયંકર પરિણામો જોયા પછી પણ જે નિરંકુશ નાદાન જુવાનો દુષ્ટ સ્ત્રીઓના છંદમાં ફરી પણ ફસાઇ પડે, તેમણે ખાત્રીથી માનવું કે હૅાસ્પીટલની એકાદ કો-ટડીમાં તરેહતરેહની ચાંદી, વ્રણ, નારાં, ભગંદર, વગેરે ભયંકર રોગથી પીડાતા દરદીઓની હારમાં તેમનો પણ ખાટલો પડવાનો પ્રસંગ આ-વશે! અને કમોતે મરવું, એ તો એ રોગની સાથે તેમના નસીબમાં લોઢાના અક્ષરો લખાઇ ચૂકે છે!

ઘણા નાદાન અને અજ્ઞાન પુરૂષો એવી દલીલ કરે છે કે, વે-શ્યાઓમાં ભટકવાથી અને રંડીબાજીથી તમો કહો છો તેવા દુષ્ટ રોગો થાય છે, પણ પોતાની સ્ત્રીમાં યથેચ્છ વિષયસુખ ભોગવવામાં શું નુકસાન છે? ઘણા પુરૂષોની આવી સમજ ઘણી જ ભૂલ ભરેલી અને ભયંકર છે. ઇશ્વિર પોતાના ઇનસાફી કાયદાનો અમલ કર્યા વિના ર-હેતો નથી. પોતાની સ્ત્રી સાથેનો લગ્ન હક્ક છતાં પણ જો કોઇ પુરૂષ આ વિષયમાં તે કાયદાનું જરા પણ ઉલ્લંઘન કરે છે તો તેને તા-બડતોબ શિક્ષા કરવાને ભૂલતો નથી. અમર્યાદ વિષયલંપટપણાથી પર સ્ત્રીપુરૂષોને જેટલી હાનિ થાય છે એટલી જ હાનિ વિવાહિત અને લગ્નહક્કવાળાં જોડાંઓને પણ થવી જ જોઇએ. તમો આને શસાસ્ત્ર વ્યભિચાર કહો તો ભલે, પણ તે વ્યભિચાર જ છે અને તેનું અનિષ્ઠ પરિણામ તમારે ભોગવવું જ જોઇએ. માટે વિવાહિત સ્ત્રીપુરૂષોએ પણ શૃંગારસુખમાં લંપટ બનવું નહિ.

હાલના સંસારમાં અમે કેટલા **સ્ત્રીભક્ષક** પુરૂષોને જોયા છે! સ્ત્રીભક્ષક એટલે સ્ત્રીનું ભક્ષણ કરનાર! હા, સ્ત્રીનું ભક્ષણ કરનારા અવિચારી અધમ પુરૂષોને અમે જોયા છે! અતિ વિષયાસક્તિમાં ડૂબેલા ઘણા દુષ્ટ પુરૂષોએ પોતાની પરણેલી સ્ત્રીઓના એક પછી એક ભોગ લીધા છે! લગ્નના હક્કની બજાવણીમાં આ બહાદુર પુરૂષો પોતાની સ્ત્રીઓના આજ્ઞાંકિતપણાનો ગેરઉપયોગ કરે છે અને બિચારી અબળાઓ પહેલી જ સુવાવડમાં ક્ષય જેવા ભયંકર રોગની સ્થિતિમાં આવી પડે છે. આવી રીતે જ ઉપરાઉપર ત્રણત્રણ ચારચાર સ્ત્રીઓના ભોગ લેવાય, ત્યારે તેવા પુરૂષોને '**સ્ત્રીભક્ષક**' કરતાં બીજું કયું વધારે સારૂં વિશેષણ ઘટી શકે? ક્યાંઈ ક્યાંઈ '**પુરૂષભક્ષક**' સ્ત્રીઓ પણ હશે, પણ એવા દાખલાઓમાં બાળલગ્નો અને કજોડાં વગેરે લગ્નના અનાચારો કારણભૂત હોય છે.

પોતાની ધર્મપત્ની સાથે મહીનામાં મરજી પડે તે દિવસે, અઠવાડીયામાં ગમે તે દિવસે, અને દિવસમાં ગમે ત્યારે ગમે એટલીવાર સંબંધ કરવો, એ તો શાસ્ત્ર પ્રમાણે સંબંધ છે, અને તેમાં કાંઈ અડચણ કે હાનિ નથી, એવું ઘણા નવા વિવાહિત જુવાનો ધારે છે. પણ તેમની આ સમજણ મૂર્ખતા ભરેલી છે. આવી ભૂલ ભરેલી સમજણથી આપણે આપણી ઈશ્વિર સંબંધી ઉત્કૃષ્ટ કલ્પનાને અધમ કરી નાખીએ છીએ, તેના ન્યાયી અને સ્વાભાવિક કાયદાનું ઉલ્લંઘન કરીએ છીએ, આપણા આત્માના ઈશ્વિરી અંશને ભ્રષ્ટ કરીએ છીએ, અને ખરા સુખ કે ખરા પ્રેમ સંબંધી આપણા અઘોર અજ્ઞાનને પ્રગટ કરીએ છીએ. જે જોડાંઓ સખ્ત બ્રહ્મચર્યવ્રત કે નિયમ રાખતાં નથી, તેમનામાં ખરા પ્રેમનો જ સંભવ નથી. માટે નવાં વિવાહિત જોડાંઓએ આ વિષયનો પુખ્તપણે વિચાર કરીને સાવચેતી તથા ખબરદારી રાખવાની જરૂર છે, કેમકે જો શરૂવાતમાં જ સંબંધનો અતિયોગ થાય છે તો તેમની શક્તિ, સુખ, પ્રેમ, આરોગ્ય એ સર્વને ધોખો પહોંચે છે. આવાં વિષયાસક્ત જોડાંઓમાં ખરો પ્રેમ હોવો એ સ્વાભાવિક નથી,

કારણ કે નિયમિતપણાનું વારંવાર ઉલ્લંઘન કરનારાં સ્ત્રીપુરૂષમાં પરસ્પરનો સદ્ભાવ, તથા માનની લાગણી જલદી જ લય પામીને તેઓની વચ્ચે તિરસ્કાર તથા અપ્રીતિનો કાયમનો વાસ થાય છે. સ્ત્રીપુરૂષ વચ્ચે પ્રેમયુક્ત સંબંધ થવાને માટે સ્ત્રીમાં તેની ખરી ઇચ્છા થવી જોઇએ, પણ એ ખરી સ્વાભાવિક ઇચ્છા તો, આગળ કહ્યા પ્રમાણે, સ્ત્રીઓને તેમના ઋતુકાળમાં જ થાય છે, અને તે પણ નિરોગી સ્ત્રીઓને જ થાય છે. પણ સ્ત્રી પતિની ઇચ્છાને અનુસરનારી હોવાથી, પતિની આજ્ઞાનો ભંગ કરવાથી પાપ લાગે એવી તેની સમજ હોવાથી અથવા ઇચ્છાને નહિ અનુસરવાથી પોતાના ઉપર પતિનો કોપ થશે એવા ભયથી, સ્ત્રી પતિને આધીન થાય છે; પણ એટલા ઉપરથી જ પુરૂષે કદિ પણ નહિ ધારવું કે સ્ત્રી પણ પુરૂષની પેઠે શૃંગારસુખમાં આસક્ત છે. આ સર્વ અનિયમિત અને અતિ સંબંધનું અનિષ્ટ પરિણામ પુરૂષના ભેજા ઉપર થયા વિના રહેતું નથી; એટલે મગજની અંદરની મજ્જા જાળમાં અશક્તિ લાગવા માંડીને તેની અસર આખા શરીર ઉપર ફેલાય છે અને શરીરના પ્રત્યેક ભાગમાં ક્ષીણતા આવી જાય છે; પછી પ્રાચનક્રિયાના જઠરરસમાં પણ ક્ષીણતા આવીને ખોરાકને પચાવવાની શક્તિનો નાશ થાય છે. આવી સ્થિતિ લાંબા સમય સુધી ચાલતી રહી એટલે તેમાંથી જ અજીર્ણ, તેમાંથી જ આમ–મરડો, અને તેમાંથી જ ક્ષય રોગનો ઉત્તરોત્તર મારો ચાલુ થાય છે!

પ્રથમ કહ્યા પ્રમાણે નાનું મગજ એ જ શૃંગારસુખનું સ્થાન છે, અને મજ્જાજાળનો સંબંધ તથા સમતોલપણું રાખનારી શક્તિ પણ ત્યાં જ છે. આવા નિકટ સંબંધથી જ શૃંગારસુખનો અતિયોગ થયો કે તેની સાથે જ સાંધાઓમાં ક્ષીણતા આવીને ગોઠણ તથા કંબરમાં દુખાવો શરૂ થાય છે. એવી જ રીતે મજ્જાતંતુઓ નરમ પડે છે, શરીરમાં થાક લાગે છે, ચહેરો ઝાંખો પડે છે, ચાલ કઢંગી થાય છે, ચાલવાની ગતિ અસ્થિર બને છે, વગેરે વિકારો ઉત્પન્ન થાય છે. બીજી તરફથી ગૃહસ્થાશ્રમી છતાં બ્રહ્મચર્ય રાખનાર એટલે નિયમિત

વ્યવહાર કરનાર પુરૂષની શરીર સ્થિતિ જોશો તો શરીર તેજદાર, ચહેરો પાણીદાર અને ગતિ સ્થિર માલમ પડશે, અર્થાત્ તેના આ વ્યવહારમાં શ્રમ, કલેશ કે દુઃખ મુદ્દલ માલમ પડશે નહિ.

શૃંગારસુખના અતિયોગથી ભેજાને ઘણા પ્રકારથી ઇજા પહોંચે છે. સ્મરણ શક્તિને મોટો ધક્કો પહોંચે છે અને તેથી તેને માણસ કે વસ્તુની પુરી યાદ રહેતી નથી, દૃષ્ટિ મંદ પડે છે; કોઇ કોઇ વાર સાંભળવાની ઇન્દ્રિને પણ ઇજા પહોંચે છે. કેટલીકવાર તો શરીરના છેડેના ભાગો—આંગળાંમાં ચેતનજ્ઞાન ઓછું થાય છે. અપસ્માર એટલે વાઇના કેટલાક દરદીઓ પણ આ વિષયાસક્તપણાના જ ભોગ થઇ પડેલા હોય છે. આ સિવાય, વાંઝીયાપણું, ગર્ભપાત, સ્તનમાં અગર કમળમાં વિદ્રધિ નામની ગ્રંથી (ગાંઠ), ઇત્યાદિ સ્ત્રીઓનાં અનેક દરદો પણ અમર્યાદ વિષયસુખનાં જ કડવાં ફળ સમજવાં! શરીર વ્યવસ્થા સંબંધી ઇશ્વરી નિયમનું જરા જેટલું પણ ઉલ્લંઘન કરનારાઓની બુદ્ધિ વ્યગ્ર બની જાય છે, મન અસ્થિર થાય છે, સ્વભાવ ક્રોધી બની જાય છે, અને અકાળ વૃદ્ધાવસ્થા આવી જાય છે. આ સર્વ વિષય સંબંધી અતિયોગની શિક્ષા છે અને તે શિક્ષા તાબડતોબ થાય છે. શૃંગારસુખનો અતિયોગ કરવાથી બીજાં પણ અસંખ્ય દરદો—શારીરિક તેમજ માનસિક—થાય છે, જેનું સંપૂર્ણ વર્ણન કરવાને માટે અત્રે પુરતી જગા નથી. સંક્ષેપમાં એટલું જ કહેવું બસ થશે કે, વિષયસુખના અમર્યાદ અભ્યાસથી મગજમાંથી મજ્જારસ એટલો બધો ખુટી જાય છે, અને વીર્યનું એટલું બધું ખર્ચ થાય છે, કે તેનાથી શરીરની ચૈતન્ય શક્તિ તદન ખુટી જઇને તેમાં સેંકડો તરેહનાં સાંસર્ગિક એટલે ચેપી જલદી અસર કરનારા અને શરીરમાં સ્થાયી ઘર કરી રહેનારા રોગોને સ્થાન મળે છે.

આ સર્વ વાતોનું નિષ્પક્ષપાતપણે મનન કરનાર વાંચનાર સહેલથી સમજી શકશે કે ઉપર જણાવ્યા તેમાંના કોઇ પણ પ્રકારના વ્યભિચારથી અત્યાચારથી માણસના આરોગ્યની, સુખની, અને

પરમાત્મ પ્રાપ્તિની હાનિ થાય છે. કોઇ પણ સમજુ માણસે ભુલથી કે અજ્ઞાનથી, અગર બેકાળજીપણાથી કરેલાં ઐહિક (આ જીંદગીમાં) પાપોનો ઇશ્વર પાસે જલદી જવાબ દેવો પડશે, અને તે માટે કુદરતી એટલે ઇશ્વિરી નિયમોનું મુદ્દલ ઉલ્લંઘન ન થવા દેવાની અને આપણું જીવન શુદ્ધ, પવિત્ર, નિષ્કલંક અને સાત્વિક રાખવાની આપણે નિરંતર ખબરદારી રાખવી જોઇએ.

પ્રકરણ ૨૪ મું.

વિષયસુખનું વાસ્તવ સ્વરૂપ.

॥ ऋतौ भार्या मुपेयात् ॥ —भावप्रकाश—

" ઋતુકાળમાં પોતાની સ્ત્રી પાસે જવું."

સ્ત્રી વર્ગને ઋતુ આવે છે તે સમયમાં તેને પતિની સ્વાભાવિક ઇચ્છા થાય છે. માટે વૈદકશાસ્ત્ર એમ ફરમાવે છે કે, સ્ત્રીને ઋતુ આવે અને તે સ્નાન કરીને શુદ્ધ થાય ત્યારે તેની ઇચ્છા, આતુરતા અને અનુકુળતા જોઇને સ્ત્રીગમન કરવું. ઋતુ આવ્યા પછી બધી સ્ત્રીઓને સ્વાભાવિક રીતે પતિની ઇચ્છા થાય છે, એવો નિયમ સ્વીકારી લેવો નહિ, કેમકે ઘણીક સ્ત્રીઓને ઋતુ સંબંધી દરદો હોય છે, તેથી ઋતુ આવ્યા છતાં પણ ઋતુની અને ઋતુ ઉત્પન્ન કરનાર અવયવોની શુદ્ધતા અને આરોગ્યતા નહિ હોવાથી એ ઇચ્છાનો અભાવ હોય છે, એટલું જ નહિ પણ ઉલટો દ્વેષ એટલે કંટાળો હોય છે. વૈદકશાસ્ત્રનો આ નિયમ નિરોગી સ્ત્રી માટે સમજવો, રોગી સ્ત્રી માટે નહિ.

ઋતુકાળમાં સ્ત્રીને પતિ પ્રાપ્તિની સ્વાભાવિક ઇચ્છા થાય છે, અને તેથી કદિ આવા સ્વાભાવિક વિષયસુખ માટે સંબંધ કરવો

હેાય તેા તે પણ ઋતુકાળમાં જ કરવેા, બીજા સમયમાં નહિ. ઋતુકાળમાં સ્ત્રીગમન કરવાની આ આજ્ઞા ગમે તેા ગર્ભાધાન માટે કરી હેાય, ગમે તેા સ્ત્રીની સ્વાભાવિક ઇચ્છાને તૃપ્ત કરવા માટે કરી હેાય, કે ગમે તેા બીજા સમયનેા નિષેધ કરવા માટે આ સમયને જ અનુકુળ સમય ઠરાવ્યેા હેાય; ગમે તે હેતુ હેાય, પરંતુ તે બધા હેતુએા અથવા તેમાંનેા ગમે તે હેતુ સિદ્ધ કરવા માટે, જો સ્ત્રી સંબંધ કરવેા તેા [1]ઋતુકાળમાં જ કરવેા, અર્થાત્ સ્ત્રી રજસ્વલા થયા પછી અને રક્ત પ્રવાહ બંધ પડયા પછી તે સ્નાન કરીને શુદ્ધ થાય એટલે ચેાથીથી સેાળમી રાત્રી સુધીમાં ગમે તે દિવસે, પણ બન્નેની શારીરિક અનુકુળતા અને ઇચ્છાથી કરવેા. આ યેાગ્ય સમયના સંબંધથી જો ગર્ભ રહેવેા હશે તેા રહેશે, અને નહિ તેા સ્ત્રીની સ્વાભાવિક ઇચ્છા તૃપ્ત થશે.

સારી સંતતિની ઉત્પત્તિની પુષ્ટીમાં વિદ્વાનેાએ વિષય એટલે કામવાસનાને ગૈાણ સ્થાન આપેલું છે. આ પુસ્તકમાં પણ ઠામ ઠામ વિષય, કામ, અથવા પશુવૃત્તિ (animal passion) નેા નિષેધ કર્યો છે. વિષયસુખ એવી સ્વાભાવિક વૃત્તિ સ્ત્રીપુરૂષેામાં કુદરતે મૂકેલી છે ખરી, પણ તેનેા અતિયેાગ થવાથી ઉચ્ચ પ્રકારના વિષય સુખમાંથી પશુવૃત્તિ જેવેા અધમ વ્યાપાર અને વ્યભિચાર વધી પડયેા છે સંતાનની ઉત્પત્તિ માટે સ્ત્રીપુરૂષનેા સંબંધ જરૂરનેા છે, અને એ સંબંધમાં પ્રેમની તથા ઇચ્છાની પણ જરૂર છે. વિષયસુખનું મૂળ આ પ્રેમ છે. એ પ્રેમના બે પ્રકારેા છે. એક અવિકારી પ્રેમ અને બીજો વિકારી પ્રેમ. પહેલેા પ્રકાર મનના ઉચ્ચ ભાવેામાંથી ઉત્પન્ન થાય છે અને બીજો પ્રકાર શરીરના વિકારેામાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. આ બીજા પ્રકારના પ્રેમને અંગ્રેજીમાં (physical love) કહે છે. તે માત્ર શરીરનેા જ મુખ્ય વ્યાપાર કરે છે. સંતતિ ઉત્પન્ન કરવામાં જો કે આ બન્ને પ્રેમની જરૂર છે, કેમકે તેમાં શરીરના અને મનના

---

૧. **ऋतुस्तु द्वादशनिशा –वागूभट्ट**–રજસ્વલા સ્ત્રીને રૂધિર સ્રાવના ચાર દિવસેા ગયા પછીના બાર દિવસેાને **ऋतु** નામ આપ્યું છે.

બન્ને વ્યાપારોની જરૂર પડે છે. પણ જેમાં સાત્વિક પ્રેમ વિશેષ હોય છે તેમાંથી ઉત્તમ તન મનવાળી પ્રજા ઉત્પન્ન થાય છે અને જેમાં વિકારી પ્રેમ વિશેષ હોય છે તેમાંથી જો કે પ્રજા તો ઉત્પન્ન થાય છે પણ અવિકારી પ્રેમના અભાવને લીધે એ પ્રજા માનસિક શક્તિમાં ઘણી નબળી થશે. પહેલા પ્રકારના પ્રેમમાં વિકારી ભાવો હોતા નથી, અને વિષયસુખ ઉંચા પ્રકારનું અને આનંદદાયક જ હોય છે. સાત્વિક પ્રેમ સ્ત્રીપુરૂષને ઉંચા પ્રકારના આનંદમાં રસબોળ કરે છે, અને વરસાદ થયા પછીનો સૂર્યનો પ્રકાશ જેમ શાંતિનો ભંગ કરતો નથી તેમ સાત્વિક પ્રેમ અમૂલ્ય સુખનો મિષ્ટ અનુભવ આપે છે, છતાં હદ છોડીને શાંતિનો ભંગ કરતો નથી. એ પ્રેમનો ઝરો હમેશાં તાજો ને તાજો જ હોય છે. વિકારી પ્રેમવાળાં વિષયલંપટ સ્ત્રીપુરૂષોને આવા વિષયસુખનો અનુભવ પણ હોતો નથી.

વિકારી પ્રેમ સાથે પશુવૃત્તિ વિશેષ હોય છે, અને વિષયસુખ ઘણા ઉતરતા પ્રકારનું હોય છે, અને એવાં વિકારી પ્રેમવાળાં વિષયી જોડાંઓમાંથી જે સંતતિ ઉત્પન્ન થાય છે તે જડબુદ્ધિવાળી તથા દુર્ગુણોવાળી થાય છે. વિકારી પ્રેમનો, અર્થાત, કેવળ સ્થૂલ શરીરનો આનંદ ગ્રીષ્મઋતુના પ્રચંડ તાપ જેવો છે, એટલે કે સખ્ત તાપ પછીનું વરસાદનું વાવાઝોડું ક્ષણિક શાંતિ આપીને પાછળ વિશેષ ઉત્તાપ કરાવે છે, તેમ આ વિકારી વિષય એક ક્ષણ સુખ બતાવીને પાછળથી શારીરિક અસ્વસ્થતા અને માનસિક ક્લેશને ઉપજાવે છે. વિકારી વિષયથી વસંતનો આનંદ પુરો મળ્યા પહેલાં જ પાનખર ઋતુ આવી જાય છે! એક અતિ ઉચ્ચ વર્તનવાળી ખૂબસુરત પણ સાધ્વી સ્ત્રી પાસે જવાથી અને તેણીની સાથે વિનોદ વાર્તા કરવાથી તમારા મનમાં તેના પ્રત્યે નિર્મળ પ્રેમ ઉત્પન્ન થશે, પણ વિકાર ઉત્પન્ન થશે નહિ; પણ એક વિકારી અથવા વેસ્યા સ્ત્રી તમારા આગળ જરા ઠઠ્ઠા મશ્કરી કરશે તો તમારા મનમાં પણ વિકાર ઉત્પન્ન થશે અને જો તમો તમારા મનને કાબુમાં રાખવાની શક્તિ ધરાવનારા

નહિ હો તો તમારા શરીરમાંથી સ્થુળ અથવા વિકારી વિષયવૃત્તિ ઉશ્કેરાશે, એટલું જ નહિ પણ વીર્યનો સ્રાવ થઇ જશે.

માટે સ્ત્રીપુરૂષે એટલે પતિપત્નીએ પરસ્પર ઉંચો પ્રેમ રાખતાં શીખવું અને એ ઉંચા પ્રેમની હદમાં રહીને પોતાની ધર્મપત્ની સાથે વિષયસુખ પ્રાપ્ત કરવું એ જ આ વાતનો સાર છે, અને આનું જ નામ તે વિષયસુખ છે.

વિષયસુખના આનંદનું આ વાસ્તવિક સ્વરૂપ થોડા જ ભાગ્યશાળી જોડાંઓ અનુભવી શકે છે. અવયવોની સંપૂર્ણ આરોગ્યતા વિના અને પરસ્પર નિર્મળ અને અવિકારી પ્રેમ વિના રતીસુખનો ખરો આનંદ મળી શકતો નથી. લંપટ અને વિષયી લોકો પ્રતિદિન વિષયમાં અંધ બને છે અને તેમાં તેઓ એક પ્રકારનો આનંદ માને છે અને આનંદ મેળવે છે, પણ તે આનંદ દારૂ જેવાં વ્યસનોમાં મનાતા આનંદ જેવો સમજવો. દારૂ પીનારાઓ પણ દારૂ માટે નિત્ય નિત્ય તલ્પે છે, એટલા માટે શું તે આનંદને ખરો આનંદ કહેવો ? ખરો આનંદ અને વ્યસન એ બન્ને જુદી વાત છે. ઇન્દ્રિયો માટે ખરા આનંદની અને વ્યસનની એવી બન્ને વસ્તુઓ મુકવામાં આવે છે. મોગરો નાકના સુંઘવાના તંતુઓને ઘણો જ આનંદ આપે છે અને એ ઘ્રાણતંતુઓ મગજને તર બનાવે છે, પણ એ મોગરાની ઘ્રાણતંતુઓ વારંવાર તલપ કરતા નથી, કે તેને માટે તોફાન મચાવતા નથી. એ જ નાકના ઘ્રાણતંતુઓને તંબાકુ સુંઘાડવાની ટેવ પાડો અને પછી તમો જોશો કે નાકના તંતુઓને તંબાકુ વિના ચાલતું નથી. વીર્ય એટલે ધાતુનું આકર્ષણ કરનારી નસોને પણ એ જ નિયમ લાગુ પડે છે. વારંવારની હવસને લીધે એ નસોને વારંવાર ઉશ્કેરાવાની આદત પડે છે અને સહજ શારીરિક સ્પર્શ કે મનનો વેપાર (સ્મૃતિ) એ તંતુઓને વિકારી કરી મેલે છે. આ કાંઇ ખરા વિષયસુખની લાગણી નથી, પણ માત્ર વ્યસન—આદત—છે. વ્યસની લોકોના આનંદને તમે ખરો માનો અને તેમના વ્યસનની વસ્તુઓને ખરા સુખની

વસ્તુઓ માનો તો આ વિષય વ્યાપારને એટલે અતિ વિષયાસક્તપણાને પણ ભલે સુખની વસ્તુ માનો !

વિષયસુખનો આધાર મગજની શક્તિ ઉપર રહેલો છે. મગજના બે ભાગમાંના એક ભાગમાં પ્યાર અને વિષયસુખનું પોષણ કરવાવાળા તંતુઓ હોય છે. આ તંતુઓ મગજના પાછલા ભેજામાં છે. એ પાછલા ભેજાના કદ પ્રમાણે પુરૂષમાં ઓછી વધતી શક્તિ રહેલી છે અને એ તંતુઓના ઘસારાથી તથા વપરાશથી પણ એ શક્તિ ઓછી થાય છે. મગજના એ વિભાગને 'વિષય વાસનાની ઇન્દ્રિ' એવું નામ આપીએ તોપણ અપાય. વિષય વાસના એ અવયવ (પાછલા ભેજા) ના કદની પૂર્ણતા ૨૫ થી ૪૦ વર્ષની ઉમરે પરિપૂર્ણ થાય છે, અને એટલા માટે જ વૈદ્યકશાસ્ત્રે પુરૂષને માટે લગ્નની ઓછામાં ઓછી વય પચીસની રાખી છે. આ મગજ જેમ વધારે ખીલેલું હોય તેમ તેમનામાં પોતાની સ્ત્રી તથા કુટુંબ તરફ પ્યારની લાગણી વિશેષ હોય છે, તથા તે પુરૂષપણાના વિશેષ ગુણો ધરાવે છે. વ્યભિચારી અને બહાર ભટકતા ફરનારા પુરૂષોનો પોતાની સ્ત્રી તરફ તેમજ પોતાનાં બાળ બચ્ચાં તરફ ઘણો જ શિથિલ–મંદ પ્યાર હોય છે, તેના અસંખ્ય દાખલા મારા અવલોકનમાં આવ્યા છે. આ વાત ઉપરથી એક બીજો સાર એ પણ નીકળે છે કે, મગજના આ વિષયપોશક તંતુઓને જેમ વધારે આરામ મળે છે, એટલે જેમ લાંબે અંતરે તેનો ઉપયોગ થાય છે, અર્થાત્ સ્ત્રીસંબંધ થાય છે, તેમ વિષયસુખનો વધારે ખરો આનંદ મળી શકે છે.

આ પ્રમાણે ઉત્તમ, સદાચારી અને પરાક્રમી બાળકો પેદા કરવાનો કુદરતનો સર્વોત્તમ હેતુ તો છેક વિસરી જવાયો છે જ, પરંતુ વિષયસુખનું અથવા સ્ત્રીસુખનું વાસ્તવ સ્વરૂપ પણ વિષયલંપટ લોકોના મનમાંથી છેક ખસી ગયું છે, પરસ્ત્રીગમનને અનીતિ માનવામાં આવી છે; પણ હું ધારૂં છું કે સ્વસ્ત્રીગમનનો અતિયોગ થવો, એ પણ કાંઇ ઓછી અનીતિ નથી. સમાજમાં લંપટપણું અને

વિષયાસક્તપણું વધી ગયું છે, એવા સમયમાં એમ કહેવું કે, સંતતિ ઉત્પન્ન કરવા પુરતો જ સ્ત્રી સંબંધ રાખો, તો આ પુસ્તકની કથાને શ્રદ્ધાથી સાંભળનારા અધિકારીઓ જ મળવા મુશ્કેલ છે, તો તે પ્રમાણે વર્તનારા મળે તેનો તો સંભવ જ ક્યાંથી? સ્ત્રીપુરૂષના જાતિ વ્યવહારમાં પ્રજાની ઉત્પત્તિ સિવાય બીજો ગૌણ હેતુ પ્રેમ તથા પ્રેમના પરિણામ રૂપ વિષયસુખ છે, તેથી એ વિષયસુખનું ખરૂં સ્વરૂપ આ પ્રકરણમાં સમજાવવાનો પ્રયાસ કર્યો છે, તે મારા જુવાન વાચક મિત્રોના મગજમાં ઉતરશે અને તે પ્રમાણે વર્તવા પ્રતિજ્ઞા કરશે તો પણ આ મારો પ્રયત્ન સફળ થયો હું સમજીશ; કેમકે વિષયસુખનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ, અને તદનુસાર અવિકારી વર્ત્તન, એ પણ સારી સંતતિની પ્રાપ્તિનો એક ઉપક્રમ–આરંભ છે, માટે જુવાન મિત્રોના આગળ મારી એવી પ્રાર્થના છે કે વિષયસુખને માટે ઉપર કહ્યા પ્રમાણે ઉંચામાં ઉંચું વર્ત્તન રાખવું અને **ભાવપ્રકાસ**ના ઉપલા વચનને માન આપીને સ્ત્રીપ્રાપ્તિ માટે ઓછામાં ઓછી એક માસની મુદ્દતનું અંતર રાખવું તથા ઋતુકાળમાંજ સ્ત્રીગમન કરવું. નિત્ય નિત્ય પશુવૃત્તિને વશ થવું, એ માણસાઇ નથી; અરે, પશુપણા કરતાં પણ હલકું વર્ત્તન છે!

વિષયસુખના સંબંધમાં ધ્યાનમાં રાખવા જોગ એક અગત્યની વાત કહેવાની છે, તે એ છે કે, એ સુખ જેમ જેમ વધારે લેવાય છે તેમ તેમ તેમાં જો કે આસક્તિ વધતી જાય છે ખરી, પણ તેની સાથે તેમાં માનેલ સુખ કે આનંદ ઉલટાં ઓછાં થતાં જાય છે, અને છેવટ અભાવ અને તિરસ્કાર સુધી વાત પહોંચી છે. તમામ વિષયોનાં સુખને માટે આ નિયમ સમજી લેવો. નિત્ય વારંવાર જે વસ્તુ ખાવા-પીવામાં આવે છે તેનું મહત્વ ઓછું હોય છે, એટલુંજ નહિ પણ ખાનારને તેમાં લીજત પણ ઓછી લાગતી જણાય છે; અને ક્વચિત ક્વચિત જે વસ્તુ મળે છે તેનું મહત્વ વધારે હોય છે એટલુંજ નહિ પણ તે તરફ રૂચિ પણ વધારે થાય છે. જે મેમાન નિત્ય આવે છે

તેના તરફ હમેશાંના જેવો ભાવ રહેતો નથી, પણ જે મેમાન કોઇક દિવસ આવે તેનો વધારે સત્કાર થાય છે. એ જ નિયમ વિષયસુખને પણ જરૂર લાગુ પડે છે. ઘણા પુરૂષો વીર્ય સંબંધી અશક્તિની ફરીઆદ કર્યા કરતા હોય છે તેમને માલમ હોતું નથી કે વિષયસુખનો અતિયોગ કરવાથી જ તેમનામાં એ જાતની અશક્તિ આવેલી હોય છે. તેઓ વિશ્રાંતિ લઇને લાંબે અંતરે વિષયસુખમાં પ્રવૃત્તિ કરે તો તેમની ખાત્રી થાય કે ખરૂં સુખ તો અનાસક્તિમાં જ છે, એટલે વિષયસુખનો નિયમિત અને લાંબા સમયે ઉપયોગ કરવામાં જ છે.

પ્રકરણ ૨૫ મું.

પુત્ર કે પુત્રીની ઉત્પત્તિ વિષે.

" સારી રીતે જન્મવું એ માણસજાતનાં સર્વ સુખોમાં સૈાથી મ્હોટું સુખ છે " —એક તત્ત્વજ્ઞાની—

" To be well born is the greatest of human felicities. "—A PHILOSOPHER.

આ તત્વજ્ઞાન તે ખરેખરૂં તત્વજ્ઞાન છે, અને આ તત્વજ્ઞાનથી ભરેલાં વચનો કહેનારને હજારો ધન્યવાદ ઘટે છે. દુનિઆમાં જો કોઇ પણ મ્હોટામાં મ્હોટું સુખ હોય તો તે એ જ છે કે, સારી રીતે જન્મવું. સારી રીતે જન્મવું એટલે શું ? આટલાં બધાં પ્રકરણોમાં અનેક વાતો કહ્યા પછી હવે, હું ધારૂં છું કે, આ પ્રશ્નને વધારે ખુલાસાની જરૂર નથી. નિરોગી, સુંદર, અને સુદૃઢ, તેમજ સદાચારી શરીરમાં જન્મ ધરવો. એના જેવું બીજું એક પણ સુખ નથી. બીજાં બધાં સુખો તેની પાછવાડે છે, બધાં સુખો આ મૂળ સુખની છાયામાં છે.

સારી રીતે જન્મવું એ માણસના પોતાના હાથમાં છે; અ-લબત તે વાત જન્મનાર બાળકના હાથમાં નથી, પણ માબાપના હાથમાં છે. આ ચાવી માણસના પોતાના હાથમાં મુકેલી છે. જો સારી રીતે જન્મવું એ માણસના પોતાના હાથમાં છે, તો તે વાત-માંથી બીજો એવો પ્રશ્ન પણ ઉઠે છે કે પુત્ર થવો કે પુત્રી થવી એ વાત પણ માણસના પોતાના હાથમાં છે કે નહિ ? તે વાત પણ કુદરતે તો માણસના હાથમાં મૂકી છે; પણ માણસ જેમ બીજી વાતોમાં કુદરતના નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરતો ચાલ્યો છે, તેમ જાતિની ઉત્પત્તિના સંબંધમાં પણ કદાચ પોતાનું ડહાપણ ડહોળીને મૂર્ખતાનાં કૃત્યોમાં ઉતરી પડે, એવા સંદેશાથી કુદરતે આ ચાવી હજી માણસને સોંપી નથી. જ્યારે માણસ તે ચાવીને પાત્ર થશે ત્યારે તે ચાવી પણ માણસના હાથમાં આવશે, અને માણસ ઇચ્છા પ્રમાણે પુત્રને કે પુત્રીને ઉત્પન્ન કરી શકશે. પુત્ર કે પુત્રીની ઉત્પત્તિનો વિષય જો કે ઘણો ગૂઢ છે, તથાપિ તે વિષય પણ ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્રની મર્યાદા બહાર નથી.

ત્યારે આ ચાવી માણસના હાથમાં ક્યારે આવશે ? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર ઘણો જ સહેલો છે જ્યારે નર અને માદા અથવા પુત્ર અને પુત્રી એ બન્ને ફરજંદો માબાપની નજરમાં સમાનતાનો દરજ્જો મેળવશે ત્યારે માણસ ઇચ્છા પ્રમાણે પુત્ર કે પુત્રીને મેળવી શકશે. માબાપની સમદૃષ્ટિ પુત્ર કે પુત્રી તરફ થશે એટલે પછી પુત્ર તરફ કે પુત્રી તરફનો પક્ષપાત નીકળી જશે અને બધાં માબાપો સરાસરી સરખા પ્રમાણમાં પુત્રોને કે પુત્રીઓને જન્મ આપી શકશે. કુદરત એ જ કાર્ય કરે છે, અને સર્વત્ર નર તથા માદાની સરખી વહેંચણી કરી નાખે છે.

હું ધારું છું કે માણસે આ પંચાતમાં પડવાની જરૂર પણ નથી. તે કુદરતના ધારાઓ પ્રમાણે વર્તે અને આ પુસ્તકમાં ઉત્તમ સંત-તિની ઉત્પત્તિ માટે જે જે નિયમો બતાવવામાં આવ્યા છે તે નિયમો

પ્રમાણે ચાલે, તોપણ બસ છે. જો એ નિયમોમાં રહીને માણસ વર્ત્તે તો પુત્ર કે પુત્રી તરફનો તેના મનનો પક્ષપાત નીકળી જાય, એટલું જ નહિ પણ તે પોતાની ઇચ્છામાં આવે એ રીતે ઉત્તમ પુત્રીને કે ઉત્તમ પુત્રને જન્મ આપી શકે.

પણ ત્યારે આ જ્ઞાન કામનું છે કે નહિ? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપવો જ જોઇએ. કોઈ પણ જ્ઞાન કામનું નથી, એમ કહેવાય જ નહિ. જ્ઞાન થયાનું સાર્થક થયું ત્યારે ગણાય કે જ્યારે તેનો સદુપયોગ થાય. જે સમાજનાં માણસો પુત્ર અગર પુત્રી એમાંની કોઈ એક જાતિ તરફ પક્ષપાત રાખીને બીજી જાતિ તરફ અભાવ રાખે છે તે સમાજનાં માણસો આ જાતના જ્ઞાનને પાત્ર પણ નથી, અને જ્યાં સુધી આ પક્ષપાત રહેવાનો છે ત્યાં સુધી પુત્ર કે પુત્રીની ઉત્પત્તિ સંબંધી ગમે એવા નિયમો માણસ આગળ મુકવામાં આવે તોપણ તે તે જ્ઞાનથી અજ્ઞાન રહેવાનો છે. જે માણસ કુદરતને અનુસરતો નથી તે માણસના હાથમાં કુદરત પોતાના નિયમો સોંપી શકે નહિ, અને સોંપવાને ખુશી પણ હોય નહિ. આ સંબંધી વિદ્વાન શોધકોએ ઘણો વિચાર કરેલો છે અને પોતાના સિદ્ધાન્તો ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રના આધારથી તથા દાખલા દલીલોથી પ્રસિદ્ધ કરેલા છે તથાપિ માત્ર તે વિચારો વાંચવાથી કુદરતનો આ ગુપ્ત ભેદ હાથ આવી શકતો નથી. એ ગુપ્ત ભેદ તો કુદરતના બધા નિયમોને અનુસરવાથી જ હાથ આવી શકે છે, અને જ્યાં કુદરતના નિયમોને અનુસરાય છે ત્યાં અનર્થ પણ હોઇ શકતો નથી.

પુત્ર કે પુત્રી ઇચ્છા પ્રમાણે ઉત્પન્ન કરી શકાય, એવા કોઇ નિયમો હોય તો તે નિયમો જાણવામાં કાંઇ અનર્થ થતો નથી. પણ આવો ચોક્કસ નિયમ જાણવામાં આવે તો તે નિયમનો અમલ થઇ શકે કે નહિ? આ પ્રશ્નનો પણ એજ ઉત્તર આવે છે. કુદરતના સર્વ નિયમો જાણનાર અને તે નિયમો પ્રમાણે વર્તનાર માણસથી કાંઇ પણ અનર્થ થયા વિના આ નિયમોનો અમલ થઇ શકે. આ વાતમાં

આપણે બહુ ઉલટમાં કે ઉત્સાહમાં આવી જવાની જરૂર નથી. હદ ઉપરાંત ઉત્સાહમાં આવવાથી આપણને નિષ્ફળતા મળવાનો સંભવ છે, કેમકે ત્યાં પક્ષપાતનો વાસ હોય છે. ઇચ્છા પ્રમાણે પુત્રની કે પુત્રીની ઉત્પત્તિના સંબંધમાં આપણે કાંઈ કરી શકીએ કે નહિ? એનો પણ ફરી એ જ ઉત્તર અપાશે કે જો સમાન દૃષ્ટિથી અને યોગ્ય ઉલટથી પુત્રની કે પુત્રીની ઇચ્છા થાય તો તેની સિદ્ધિમાં કંઇ અસંભવિતપણું નથી. પણ આ સંબંધી ઉંડા ઉતરતાં આપણને બીજી તરફથી સ્વાભાવિક રીતે એવો પણ વિચાર આવશે કે આ સંબંધમાં માણસ કરતાં કુદરત વધારે સારી વ્યવસ્થા કરે છે કે નહિ? માણસે આ વિષયમાં કાળજી શા માટે રાખવી જોઇએ? માણસ કાળજી એટલા માટે રાખે છે કે તે ઘણીવાર એક જાતિ કરતાં બીજી જાતિ તરફ પક્ષપાત ધરાવે છે, નહિ તો તેણે આ સંબંધી કાળજી શા માટે રાખવી જોઇએ? પુત્ર અને પુત્રીના મહત્વમાં વાસ્તવિક રીતે કાંઈ પણ ભેદ નહિ રહેવો જોઇએ; કાંઇ પણ પક્ષપાત નહિ હોવો જોઇએ. તમારે આ વાતનો પુરાવો જોઇતો હોય તો બન્ને જાતિને પુછો કે તમને તમારી પોતાની જાતિ (sex) ઉપર કાંઇ અભાવ આવે છે? સ્ત્રીને પુછો કે તને પુરૂષ બનવાની કદિ ઇચ્છા થઇ છે? પુરૂષને પૂછો કે તને કદિ સ્ત્રીજાતિ થવાની અભિલાષા થઇ છે? કદિ નહિ થવાની; કેમકે તે બન્ને જાતિ (નર અને માદા) કુદરતી રીતેજ પોતપોતાની જાતિનું માન અને અભિમાન ધરાવે છે. કુદરતે તેમાંની એકે જાતિમાં ન્યૂનાધિક મહત્વ મૂકેલું જ નથી. ખરી વાત તો આમ જ છે, તો પછી પુત્રની વિશેષ ચાહના અને પુત્રીની ઓછી ચાહના રાખવામાં માબાપો પાસે કાંઇ મજબૂત કારણો છે? કાંઇ જ કારણ નથી. સમાજની કૃત્રિમ અને બગડેલી વ્યવસ્થા સિવાય માણસજાત આને માટે કાંઇ પણ કારણો આપી શકે એમ નથી.

ચોક્કસ સંજોગો વચ્ચે માણસો (માબાપો) પુત્રની કે પુત્રીની ઇચ્છા કરે, એ અસ્વાભાવિક છે, એમ મારૂં કહેવું નથી. જાતિના

પક્ષપાત વિના પણ કેટલીકવાર ખાસ પુત્રની કે ખાસ પુત્રીની પ્રાપ્તિની માબાપોને સ્વાભાવિક ઇચ્છા થાય છે, અને એવા સંજોગોમાં જ નર કે માદાની ઉત્પત્તિ સંબંધી જ્ઞાન તથા તેના નિયમોનો ઉપયોગ કરી શકાય છે.

જે ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રના નિયમોથી માબાપો ઇચ્છા પ્રમાણે નિરોગી વા રોગી, સદાચારી વા દુરાચારી, રૂપાળાં કે કદરૂપાં અને બુદ્ધિશાળી કે બુદ્ધિહીન બાળકો પેદા કરી શકે છે, તેજ નિયમોથી તેઓ પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે પુત્રને કે પુત્રીને ઉત્પન્ન કરી શકે, એમ કહેવામાં આપણે કાંઇ નિયમ વિરૂદ્ધ બોલીએ છીએ એમ ઠરતું નથી. કુદરત પાસે એનો ગુપ્ત ભેદ છે, અને કુદરત પાસેથી એ ગુપ્ત ભેદ જાણી લેવાને ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓ મથન કર્યા વિના રહ્યા નથી. ઘણા જુના કાળથી આ વાતનો શોધ કરવાની જિજ્ઞાસા ચાલતી આવી છે. બેશક, આ એક શાસ્ત્રીય વિષય છે અને તેનો શોધ તથા નિર્ણય ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રના આધારથી જ થાય તો તે શોધ તથા નિર્ણય આધાર રાખવા લાયક ગણાય. પ્રાચીન કાળના મહર્ષિ લોકોએ આ વાતનો વિચાર કરેલો જણાય છે. પછી ગ્રીક લોકોએ પણ આ વિષે કાંઇ અનુભવ લીધો દેખાય છે, અને આધુનિક સમયના ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓ પણ તે વિષયમાં પોતાનું માથું પકવ્યા વિના રહ્યા નથી. જેમ બીજી ઘણી વાતોમાં તેમ આ વિષયમાં પણ અભિપ્રાયો મળતા આવતા નથી, એટલુંજ નહિ પણ ક્યાંય વિરોધ પણ જોવામાં આવે છે. આમાંનો કયો અભિપ્રાય ખરો અને કયો ખોટો, તેનો નિર્ણય થયો નથી. કઇ સ્થિતિમાં પુત્ર થવાનો વિશેષ સંભવ છે, અને કઇ સ્થિતિમાં પુત્રી થવાનો વિશેષ સંભવ છે, એનો વિચાર કરવા માટે વિદ્વાનોએ નોંધો રાખીને ઘણી માથાફોડ કરી લાગે છે, અને હજી માથાકુટ કર્યા કરે છે. આવી અનેક નોંધો, અનુભવો અને અખતરાઓ ઉપરથી કંઇક નજીકના નિર્ણય ઉપર આવી શકાય અથવા એ શોધોને આધારે પુત્ર કે પુત્રીની ઉત્પત્તિ વિષેના ચોક્કસ નિયમોનું

અવલંબન કરી શકાય, એટલા માટે આ વિષયમાં આ સર્વ વિદ્વાનો અને સત્યશોધકો શું કહે છે, તેનો માત્ર સાર આ નીચે આપવામાં આવ્યો છે.

આર્ય લોકોનો મહાન્ કાયદાશાસ્ત્રી ભગવાન્ **મનુ** કહે છે કે પુરૂષનું વીર્ય અધિક હોય તો પુરૂષ ઉત્પન્ન થાય છે અને સ્ત્રીનું બીજ અધિક હોય તો સ્ત્રી થાય છે.[1] એટલું જ નહિ, વળી તે વિશેષ એમ પણ જણાવે છે કે, ઋતુ પછીની છઠ્ઠી, આઠમી, દશમી, એમ બેકીવાળી રાત્રીમાં ગર્ભ રહે છે તો પુત્ર થાય છે અને એકીવાળી રાત્રીમાં ગર્ભ રહે છે તો પુત્રી થાય છે.

ઋગ્વેદ ગૃહ્યભાષ્ય નામના વેદના ધર્મ પુસ્તકમાં **વ્યાસ** લખે છે કે ઋતુની ચોથી રાત્રીનો ગર્ભ અલ્પાયુષી અને નબળા બાંધાનો થાય છે, પાંચમી રાત્રીમાં જો ગર્ભ રહે છે તો તે પુત્રી થાય છે, છઠ્ઠી રાત્રીમાં જે ગર્ભ રહે છે તે મધ્યમબુદ્ધિનો પુત્ર થાય છે, આઠમી રાત્રીમાં જે રહે તેમાંથી ઉત્તમ બુદ્ધિનો પુત્ર ઉત્પન્ન થાય છે, એમ સોળ રાત્રી પર્યંત ઉત્તરોત્તર પાછલા પાછલા દિવસોમાં રહેનાર ગર્ભ વધારે બળવાન્ અને બુદ્ધિશાળી થાય છે.

વાગ્ભટ્ટ કહે છે કે પુરૂષનું વીર્ય અધિક હોય તો પુત્ર જન્મે છે અને સ્ત્રીનું આર્ત્તવ અધિક હોય તો પુત્રી જન્મે છે.[2]

ડૉ. **ટ્રૂલ** કહે છે કે, સ્ત્રીને ઋતુ આવ્યા પછી નજીકના દિવસોમાં ગર્ભ રહે છે તો પુત્રી થાય છે અને છેટેના દિવસોમાં ગર્ભ રહે છે તો પુત્ર થાય છે. આના કારણમાં એ ડૉક્ટર કહે છે કે સ્ત્રીબીજ પક્વ થયા પછી તરત જ ગર્ભ રહે છે તો તે સ્ત્રીબીજ સ્ત્રીઅંડમાં ઘણે છેટે હોવાથી પુરૂષના વીર્યના થોડા જંતુઓ સ્ત્રીબીજ સુધી પહોંચે છે; એનો અર્થ એ છે કે, સ્ત્રીબીજ કરતાં પુરૂષબીજનું પ્રમાણ ઓછું મળી શકે છે, અને તે કારણથી પુત્રીનો ગર્ભ રહે છે. પણ

---

१. पुमान्पुंसोधिके शुक्रे स्त्री भवत्यधिके स्त्रियः। —मनु—

२. शुक्रस्य बाहुल्याज्जायते पुमान्। रक्तस्य स्त्री।—वाग्भट्ट

જો ઋતુના છેટેના દિવસોમાં ગર્ભ રહે તો સ્ત્રીબીજ કમળમાં આવી પહોંચેલ હોવાથી પુરૂષના વીર્યના વિશેષ જંતુઓ સ્ત્રીબીજને મળી શકે છે, અને તેથી સ્ત્રીબીજ કરતાં પુરૂષબીજનું પ્રમાણ વધવાથી પુત્રની ઉત્પત્તિ થાય છે.* ડૉ. ટ્રૉલનો આ મત **વાગ્ભટ્ટના** અભિપ્રાયને એક રીતે કાંઇક મળતો છે.

પ્રૉ. થુરી કહે છે કે, દસ્તાન આવ્યા પહેલાંના થોડા કલાકમાં અથવા દસ્તાન આવી ગયા પછી તરત જ જો ગર્ભ રહે છે તો પુત્રી પેદા થાય છે અને દસ્તાનના ચોથા દિવસથી તે ફરી પાછું દસ્તાન આવવાને ચાર દિવસ બાકી હોય ત્યાં સુધીની વચ્ચેની મુદ્દતમાં ગર્ભ રહે છે તો પુત્ર થાય છે. આનું કારણ એમ જણાવવામાં આવે છે કે, ઋતુના શરૂવાતના દિવસોમાં સ્ત્રીમાં પુરૂષપ્રાપ્તિની પ્રબળ ઇચ્છા હોય છે અને સ્ત્રીબીજ પણ બળવાન્ હોય છે. કાંઇ દિવસો ગયા પછી આ સ્ત્રીબીજ નબળું પડે છે, તેથી પુત્ર ઉત્પન્ન થાય છે.

હીપોક્રેટીસ કહે છે કે જો પુરૂષબીજ મજબુત હોય તો પુત્ર થાય છે અને સ્ત્રીબીજ મજબુત હોય તો પુત્રી થાય છે.

એરીસ્ટોટલ કહે છે કે, માબાપના જમણી બાજુના ઉત્પત્તિ અવયવો (પુરૂષનો right testicle અને સ્ત્રીની right ovary) પુત્રને ઉત્પન્ન કરે છે અને ડાબી બાજુના ઉત્પત્તિ અવયવો પુત્રીને ઉત્પન્ન કરે છે.

ડૉ. સીક્સ્ટ એરીસ્ટોટલના મતને મળતો આવીને જણાવે છે કે પુરૂષની જમણી ગોળીનું વીર્ય સ્ત્રીના જમણા સ્ત્રીઅંડના સ્ત્રીબીજમાં મળે છે તો પુત્ર ઉત્પન્ન થાય છે અને પુરૂષની ડાબી ગો-

---

*** An early impregnation favours the production of females and a late impregnation favours the prodution of males.—Dr. Trall.**

ષીનું વીર્ય સ્ત્રીના ડાબા સ્ત્રીઅંડના સ્ત્રીબીજમાં મળે છે તો પુત્રી ઉત્પન્ન થાય છે.[1]

ડૉ. સેન્ક વળી એવું કહે છે કે, સ્ત્રીના ખોરાક ઉપર પુત્ર તથા પુત્રીનો મોટો આધાર છે. જે સ્ત્રીઓના પેસાબમાં સાકર (મીઠાસ)વધારે જતી હોય છે તે સ્ત્રીઓ પુત્રીઓને જન્મ આપે છે, અને જે સ્ત્રીઓના પેસાબમાં સાકર ન જતી હોય તેઓ પૂત્રોને જન્મ આપે છે. પેસાબમાં સાકર જવાથી સ્ત્રીબીજ બરાબર પરિપક્વ થતું નથી અને એવા અપક્વ તથા નબળા સ્ત્રીબીજથી પુત્રી પેદા થાય છે. એટલા માટે ગર્ભધારણના સમયમાં સ્ત્રીઓની પાચન શક્તિને નિયમમાં લાવવા માટે તેને સાદું ખાનપાન આપવું જોઇએ. પેસાબમાં સાકર જાય છે કે નહિ તેનો તપાસ કરવો જોઇએ, અને સાકર જતી હોય તો તે બંધ કરવા માટે તેના ખાનપાનમાં ફેરફાર કરવો જોઇએ.

ઋતુના દિવસોમાં તેમ જ ગર્ભાધાનને દિવસે સ્ત્રીએ હલકો અને સાદો આહાર કરવો એવું, પૂર્વે જણાવ્યા પ્રમાણે, આર્ય વૈદ્યકશાસ્ત્રનું ફરમાન છે, તે સાથે ડૉ. સેન્કનો ઉપલો અભિપ્રાય કાંઇક મળતો આવે છે.

એક વૈદક માસિક એવો અનુભવ જાહેર કરે છે કે, દસ્તાન બંધ પડયા પછીના ૨ થી ૬ દિવસ સુધીમાં ગર્ભ રહે છે તો પુત્રી થાય છે અને ૯ થી ૧૨ દિવસોની વચમાં ગર્ભ રહે છે તો પુત્ર થાય છે. આ અભિપ્રાય ડૉ, ટૂલ અને ડૉ. થુરીના અભિપ્રાય સાથે મળતો છે.

કેટલાક વિદ્વાનો એવું જણાવે છે કે ગર્ભાધાનની તૈયારીના દિવસોમાં તેમજ ગર્ભધારણ સમયે સ્ત્રીને ઉત્તમ ખોરાકથી બળવાન

---

૧. પુરૂષ તથા સ્ત્રીને પોતપોતાનાં વીર્ય તથા સ્ત્રીબીજ ઉત્પન્ન કરવા તથા રાખવા માટે તેમનાં જનનસ્થાનમાં બન્ને બાજુ ઉપર ખાસ અવયવો (testicles અને ovaries) હોય છે.

બનાવવામાં આવે છે તેા પુત્ર ઉત્પન્ન થાય છે અને જો સ્ત્રી દુર્બળ હેાય છે તેા પુત્રી થાય છે.

કેટલાક બીજા વિદ્વાનેા એવેા અભિપ્રાય ધરાવે છે કે, પુત્ર કે પુત્રીની ઉત્પત્તિ ગર્ભધારણ વખતે બીજ સાથે જ થતી નથી, પણ ગર્ભ રહ્યા પછી ત્રીજે મહીને જ્યારે ગર્ભમાં અવયવ બંધાય છે ત્યારે તે વખતે નર કે નારીજાતિની ઉત્પત્તિ થાય છે. માટે ગર્ભ રહે ત્યારથી ગર્ભવંતી સ્ત્રી જો પુત્રની પ્રબળ ઇચ્છા કર્યા કરે અને નરજાતિની આકૃતિઓનું જ ચિંતવન કર્યા કરે તેા પુત્ર થાય છે અને જો તે પુત્રીથી પ્રબળ ઇચ્છા કરે તથા નારીજાતિની આકૃતિઓનું ચિંતવન કર્યા કરે તેા પુત્રી પેદા થાય છે.

પુત્ર કે પુત્રીના આ ભેદનેા નિર્ણય કરવા માટે કેટલાક આધુનિક ખંતીલા શેાધક ડાકટરેાએ અનેક રીતે તપાસ કરી જોઇ છે. આમાંની એક શેાધનું પરિણામ :એવા નિર્ણય ઉપર આવેલું જણાવવામાં આવે છે કે, પુત્ર તથા પુત્રીની ઉત્પત્તિ મા તથા બાપની ઉમર ઉપર પણ આધાર રાખે છે. મા કરતાં બાપની ઉમર નાની હેાય છે ત્યાં પુત્ર કરતાં પુત્રીની ઉત્પત્તિનું પ્રમાણ વધારે આવે છે, અને મા કરતાં બાપની ઉમર મેાટી હેાય છે ત્યાં પુત્રી કરતાં પુત્રની ઉત્પત્તિનું પ્રમાણ વધે છે. જર્મનીનેા ડૅા. હૅાફેકર એ સંબંધે પેાતે કરેલી નેાંધના આંકડા નીચે પ્રમાણે જણાવે છે.

મા કરતાં બાપની ઉમર ન્હાની હેાય તેા	૧૦૦ પુત્રીએ		૯૦.૬	પુત્રેા થાયછે.
મા તથા બાપની ઉમર સરખી હેાય તેા	,,	,,	૯૦.૦	,,
મા કરતાં બાપ ૧ થી ૬ વર્ષે મેાટેા હેાય તેા	,,	,,	૧૦૩.૪	,,
મા કરતાં બાપ ૬ થી ૯ વર્ષે મેાટેા હેાય તેા	,,	,,	૧૨૪.૭	,,
મા કરતાં બાપ ૮થી ૧૮વર્ષે મેાટેા હેાય તેા	,,	,,	૧૪૩.૭	,,
મા કરતાં બાપ૧૮થી વધારે મેાટેા હેાય તેા	,,	,,	૨૦૦.૦	,,

બાપ કરતાં મા ન્હાની ઉમરની હેાય, તેા એવાં અનેક જોડાંથી ઉત્પન્ન થયેલાં બચ્ચાંઓમાં પુત્ર કે પુત્રીનું પ્રમાણ નીચે પ્રમાણે આવેલું એક સ્થળે નેાંધેલું જોવામાં આવે છે:—

૧ થી ૩	વર્ષે મોટી	૮૮	માતાઓમાં	પુત્ર	જન્મનું પ્રમાણ	સેંકડે	૯૪.૩
૨ થી ૫	,,	૭૭	,,	,,	,,		૮૮.૮
૫ થી ૧૦	,,	૬૬	,,	,,	,,		૭૭.૧
૧૦ થી ૧૫	,,	૪૩	,,	,,	,,		૬૦.૬
૧૫ થી ૨૨	,,	૧૭	,,	,,	,,		૪૮.૩

આ નોંધ એવું બતાવે છે કે, બાપ કરતાં મા જેમ વધારે મોટી ઉમરની હોય તેમ પુત્ર કરતાં પુત્રીની ઉત્પત્તિનું પ્રમાણ ઘણું વધારે મોટું આવે છે. ૧૫ થી ૨૨ વર્ષે મોટી ઉમરની માતાઓમાં પુત્રી કરતાં પુત્રનું પ્રમાણ લગભગ ૫૦ ટકા જેટલું ઓછું આવેલું જણાવવામાં આવે છે, અર્થાત્ એવાં કજોડાંઓમાં પુત્ર કરતાં પુત્રીની ઉત્પત્તિનું પ્રમાણ લગભગ બમણું આવે છે.

આ આંકડાઓને વારસામાં મળતી ખાસીયતોથી પણ ટેકો મળી શકે છે. બાપની ખાસીયતોનો વારસો પુત્રીઓ કરતાં પુત્રોને વધારે મળે છે અને માની ખાસીયતોનો વારસો પુત્રો કરતાં પુત્રીઓને વિશેષ મળે છે. આ વાત પ્રત્યક્ષ અનુભવની છે. સ્ત્રીનો ખાસ આકાર, વધારે પહોળી જાંગો, વધારે સાંકડા ખભા, વધારે ખુબસુરતી, ઇત્યાદિ સર્વ ખાસીયતો શું બાપથી મળી શકે ? નહિ જ, એ સર્વ ગુણો માતાથી જ વારસામાં મળે છે. એવી જ રીતે શારીરિક બળ, પહોળા ખભા, પાતળા સાથળ, વધારે મોટા માંસના લોચાઓ, વધારે મોટું મગજ, ઇત્યાદિ પુરૂષની સર્વે ખાસીયતો શું માતામાંથી મળે છે ? નહિ જ, તે સર્વ ગુણો બાપમાંથી વારસામાં ઉતરે છે. આ નિયમમાં પણ ઘણીવાર અપવાદો જોવામાં આવ્યા છે, અને કવચિત્ કવચિત્ બાપની ખાસીયતો પુત્રીમાં ઉતરે છે અને માની ખાસીયતો પુત્રમાં ઉતરી આવે છે, તથાપિ મોટે ભાગે પુત્રીઓમાં સ્ત્રીઓના મુખ્ય ગુણો અને પુત્રોમાં પુરૂષોના મુખ્ય ગુણો વારસામાં ઉતરે છે.

પુત્ર કે પુત્રીની ઉત્પત્તિના સંબંધમાં ઉપર પ્રમાણે અનેક જુદા જુદા, કોઇ કોઇ મળતા, અને વળી કોઇ કોઇ પરસ્પર વિરૂદ્ધ વિચારો

રજુ કરવામાં આવે છે. વાંચનાર આવા અભિપ્રાયો ઉપરથી કોઇ પણ ચોક્કસ નિર્ણય ઉપર આવી શકે એમ નથી. કુદરતી રીતે એવો પ્રશ્ન થશે કે આ જુદી જુદી દલીલોમાંથી કોની દલીલ અમલમાં મૂકવી ? કોની વાત ખરી માનવી ? વિદ્વાનો આ વાતનો ખરો ભેદ સંપૂર્ણ ખાત્રી સાથે સમજાવી શકયા નથી. કેટલાક તો પોતાના આ શોધના પરિણામે એમ પણ કહે છે કે આ વિષયમાં ઇશ્વરે એવો તો છુપો ભેદ રાખ્યો છે કે માણુસજાત એ ભેદનો પડદો ખસેડીને ચોક્કસ નિર્ણય ઉપર આવી શકે એમ નથી. તથાપિ માણસને બુદ્ધિ આપેલી છે, વિચાર કરવાની શક્તિ આપેલી છે તથા અવલોકન કરવાની શક્તિ પણ આપેલી છે. આ સર્વ શક્તિનો ખંતથી ઉપયોગ કરવામાં આવે તો જેમ કુદરતના બીજા કેટલાક ભેદો માણુસજાત હાથ કરી શકેલ છે તેમ આ ગુપ્ત ભેદને પણ હાથ કરી શકે, એમાં અશક્યતા કે અસંભવિતપણું નથી.

પુત્ર કે પુત્રી ઇચ્છા પ્રમાણે ઉત્પન્ન કરવાના સંબંધમાં ઉપર જે જે વાતો કહેવામાં આવે છે, તે નિર્ણયપૂર્વક સમજવાની નથી. પ્રાચીનકાળના મહર્ષિઓએ અને શાસ્ત્રકારોએ તો એ નિયમો આજ્ઞા તરીકે ફરમાવેલા છે; તેઓ વળી વિશેષ એમ પણ જણાવે છે કે જો સ્ત્રીપુરૂષ બંનેનાં બીજ સમાન પ્રમાણમાં એકત્ર થાય તો નપુંસક એટલે નહી નર કે નહિ નારી એવી નાન્યતર જાતિનું બાળક ઉત્પન્ન થાય છે, અથવા પુત્ર અને પુત્રીનું જોડું ઉત્પન્ન થાય છે. જો વીર્ય ક્ષીણ અથવા થોડું હોય તો ગર્ભ રહેતો નથી, અથવા સ્રાવ થઇ જાય છે.[1] તથાપિ એમની આજ્ઞાને જ ખરી માનવી, એમ પણ આગ્રહથી કહી શકાતું નથી. ઉત્તમ રસ્તો તો એ જ છે કે પ્રથમ જ જણાવ્યા પ્રમાણે માબાપોએ ખાસ કારણ વિના આવા ઝીણા વિષયમાં ઉતરવાની જરૂર નથી; અને જે માબાપોને ખાસ કારણ હોય, જેમકે, પુત્રની કે પુત્રીની ખોટ હોય, તેમણે આમાંનો કોઇ પણ પોતાની ઇચ્છાને બંધબેસ્તો નિયમ અજમાવી જોવો.

---

१ समेऽपुमान्पुंस्त्रियौ वा क्षीणेऽल्पे च विपर्ययः । –मनु–

આ પ્રકરણ સમાપ્ત કરતાં આ સર્વ વાતના સાર રૂપે આ પ્રકરણને મથાળે ટાંકેલા વચનનું મારા સુજ્ઞ વાચકોને હું પુનરપિ સ્મરણ કરાવું છું. પુત્ર જન્મો કે પુત્રી જન્મો; તેની તમારે ચિંતા રાખવાની જરૂર નથી. કોઇ ઠેકાણે પુરૂષબીજને શ્રેષ્ટ ગણવામાં આવે છે, અને કોઇ ઠેકાણે સ્ત્રીબીજને શ્રેષ્ઠ ગણવામાં આવે છે, પરંતુ ખરેખરી વાત તો એ છે કે એ બન્ને શ્રેષ્ઠ હોય તો તેમાંથી થનાર સંતતિ વખણાય છે. ગર્ભની ઉત્પત્તિમાં પિતા અને માતા એ બેમાંથી એકેનું મહત્વ ઓછું નથી; ગર્ભની ઉત્પત્તિમાં પિતા અને માતા અથવા વીર્ય અને આર્ત્તવ સરખો ભાગ બજાવે છે. કેટલાક ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓ એમ કહે છે કે, પિતા એ જ બાળકને પેદા કરવાવાળો છે અને માતા તો માત્ર તેનું પોષણ કરે છે. હું ધારૂં છું કે માતા ગર્ભનું પોષણ કરવા ઉપરાંત ગર્ભના શરીરનું અને મનનું બંધારણ કરવામાં ઘણું અગત્યનું કાર્ય કરે છે, જે વાતનું હવે પછી ઘણા વિસ્તારથી વર્ણન કરવામાં આવેલ છે. પેદા થનાર બાળકમાં માતાપિતા બન્નેના ગુણો અને ખાસીઅતો જોવામાં આવે છે. કેટલાંક બાળકો વિશેષે પિતાને મળતાં અને કેટલાંક વિશેષે માતાને મળતાં હોય છે, તથાપિ ઘણાંખરાં બાળકો બન્ને માબાપોના ઓછા વધતા ગુણો અને ખાસીઅતો ધરાવતાં જોવામાં આવે છે. કેટલાક ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે દૃઢ શરીરવાળો પુરૂષ વિશેષ કરીને પોતાના શારીરિક ગુણો બાળકમાં મુકે છે, અને નાજુક સ્ત્રીજાતિ વિશેષ કરીને માતાના મનની નાજુક લાગણીઓ અને ઉત્કૃષ્ટ ગુણો બાળકમાં મૂકે છે. આ વાત ઘણા દાખલાઓમાં મળતી આવે છે અને ઘણા સાધુ પુરૂષોની ઉત્પત્તિ તેમની માતાના ઉત્તમ ગુણોને આભારી છે, એમ ગણવામાં આવે છે, તે વાત ખરી છે. તથાપિ બાળકોમાં માતાપિતાના ગુણદોષના વારસાનો સમગ્ર વિચાર કરતાં એમ જ કહેવું પડશે કે, બાળક એ માતાપિતાના સંયુક્ત ગુણો તથા ખાસીઅતોના મિશ્રણની પેદાશ છે. આ મિશ્રણમાં પુરૂષબીજની પ્રબળતા હોય તો વધારે ઠીક, અને સ્ત્રીબીજની પ્રબળતા વધારે હોય તો અઠીક, એવા

વિચારો કરવા, એ માબાપોનું કામ નથી. ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રનો આ વિષય હોવાથી, એ શાસ્ત્રદષ્ટિથી પુરૂષબીજ અને સ્ત્રીબીજના ન્યુનાધિકપણાથી પુત્ર થાઓ કે પુત્રી થાઓ, એ વાતના સૂક્ષ્મ વિચારોમાં ઉતરવાની સામાન્ય વાચક વર્ગને જરૂર પણ નથી. સામાન્ય વાચક વર્ગને જે જરૂર છે તે એટલીજ છે કે, પુરૂષ અને સ્ત્રી બન્ને જાતિનાં બીજ સુધારવાં અને કુદરતના સ્વાભાવિક નિયમોને અનુસરીને ઉત્તમ સંતતિ–પછી તે પુત્ર હો કે પુત્રી હો–બન્ને સમાન છે–ઉત્કૃષ્ટ બચ્ચાંઓનો વંશ વધારવો. છેવટ ભગવાન્ મનુના વચન સાથે આ પ્રકરણ સમાપ્ત કરવામાં આવે છેઃ—

विशिष्टं कुत्रचिद्बीजं स्त्रीयोनि स्त्वेव कुत्रचित् ।
उभयं तु समं यत्र सा प्रसूतिः प्रशस्यते ॥ –मनु–

" કોઇ ઠેકાણે પુરૂષબીજને શ્રેષ્ઠ ગણવામાં આવે છે અને કોઇ ઠેકાણે સ્ત્રીબીજને શ્રેષ્ઠ ગણવામાં આવે છે, પરંતુ જ્યાં એ બન્ને સમાન રીતે શ્રેષ્ઠ હોય છે ત્યાં તેમાંથી થનાર સંતતિ વખણાય છે. "

ભાગ ૫ મો—સગર્ભાવસ્થા.

પ્રકરણ ૨૬ મું.

ગર્ભધારણનાં ચિન્હો.

तृप्ति र्गुरुत्वं स्फुरणं शुक्रास्रानुबंधनम् ।
हृदयस्पंदनं तंद्रा तृड्ग्लानि र्लोमहर्षणम् ॥ —वाग्भट्ट—

સ્ત્રી ગર્ભધારણ કરે છે કે તેજ વખતે તેને જે લક્ષણો માલમ પડે છે તે નીચે પ્રમાણે હોય છેઃ—તૃપ્તિ એટલે સંતોષ, ગુરૂત્વ એટલે કુખમાં ભાર, કંપ એટલે કુખમાં કંપ માલમ પડવો, વીર્ય તથા આર્ત્તવ (લોહી) એનું નહિ દેખાવું, છાતી ધડકવી, તંદ્રા, તૃષા, ગ્લાનિ, અને રૂવાડાં ઉભાં થવાં. ગર્ભ રહ્યાનાં આ તે જ ક્ષણનાં લક્ષણો છે, અને તે લક્ષણો ધ્યાનમાં હોય તો પોતાને ગર્ભ રહ્યો, એવું ચતુર અને હુશિયાર સ્ત્રી સમજી શકે.

હવે ગર્ભ રહ્યા પછી જેમ જેમ ગર્ભ વધવા માંડે છે તેમ તેમ ગર્ભિણીના શરીરમાં પણ ફેરફાર થવા લાગે છે. જે સમયે ગર્ભ રહે છે તે જ સમયે ઘણી થોડી સ્ત્રીઓ સમજી શકે છે કે મને ગર્ભ રહ્યો. માટે કોઇ પણ સ્ત્રીને ગર્ભ રહ્યો છે કે નહિ તેનો નિશ્ચય કરવામાં કામ લાગે એવાં લક્ષણો આ નીચે આપવામાં આવે છેઃ—

ગર્ભાશયમાં ગર્ભ રહ્યા પછી અને તે ગર્ભ વધવા માંડયાની સાથે જ માનું આખું શરીર વધારે તેજસ્વી દેખાવા લાગે છે, તથા તેનામાં ઉત્સાહ વધે છે. એ ઉત્સાહ એવો વધે છે કે જાણે કેમ ગર્ભની અંદરના બાળકમાં ચૈતન્ય આપવા માટે જ એ ઉત્સાહ મા-

તામાં વધ્યો હોય, ગર્ભ રહ્યા પછી સ્ત્રી વધારે આનંદમાં તથા ઉલ્લાસમાં રહે છે, તથા પ્રથમ કરતાં તેનું શરીર પણ વધારે શક્તિવાળું અને પુષ્ટ થાય છે. ઘણી નાજુક, દુબળી અને સાંઠીકડાં જેવાં શરીરવાળી સ્ત્રીમાં આ ફેરફાર વધારે સ્પષ્ટ માલમ પડે છે. કેટલીક સ્ત્રીઓના શરીરમાં કે પ્રકૃતિમાં આ ફેરફાર માલમ પડતો નથી, પણ કેટલીક સ્ત્રીઓના શરીરમાં તથા પ્રકૃતિમાં થનારો આ ફેરફાર બહુ જ સ્પષ્ટ અને ઘણીવાર બહુ કષ્ટદાયક તથા ત્રાસદાયક હોય છે. એકંદર રીતે જોતાં ઘણીક સ્ત્રીઓની પ્રકૃતિમાં ગર્ભિણી થવાની સાથે જ કે કાંઇ સમય ગયા પછી થોડો ઘણો પણ જાણવા જોગ ફેરફાર થવો એ સ્વાભાવિક જ છે. આ ફેરફારો તથા તેનાં લક્ષણો નીચે પ્રમાણે છે:—

૧. મહીને મહીને આર્ત્તવ આવતું હોય તે બંધ થવું, એ ગર્ભધારણનું પ્રત્યક્ષ અને સ્પષ્ટ લક્ષણ છે. પણ ઘણું કરીને જે સ્ત્રીઓને અનિયમિત રીતે આર્ત્તવ આવતો હોય, તથા શરીરે રોગી અને અશક્ત હોય, એવી સ્ત્રીઓને માસિક દસ્તાન બંધ થાય તોપણ તે ગર્ભધારણનું ખાત્રી લાયક ચિન્હ ન ગણાય. કેમકે એવી રોગી અને અશક્ત સ્ત્રીઓને વારંવાર દસ્તાનના માસ ચડી જાય છે, અને ગર્ભ રહ્યાની શંકા થાય છે, તોપણ બીજાં લક્ષણો માલમ ન પડે ત્યાં સુધી માત્ર આ માસિક દસ્તાન બંધ પડવા ઉપરથી ગર્ભ રહ્યો એ ખાત્રીથી માની શકાય નહિ. વળી ગર્ભ રહ્યા પછી કોઇ કોઇ સ્ત્રીને ઋતુ (લોહી) દેખાય છે; માટે આર્ત્તવસ્રાવ બંધ થવો એ ગર્ભધારણનું ખરૂં લક્ષણ છે એમ સંપૂર્ણપણે કહેવાય નહિ. કેટલાક ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓ એમ કહે છે કે, ખરો ગર્ભ રહ્યા પછી જો કોઇ સ્ત્રીને રક્તસ્રાવ દેખાય છે તો તે રક્તસ્રાવ માસિક દસ્તાનનો નહિ હોવો જોઇએ પણ તે રક્તસ્રાવ કમળના મોંમાં કે તેની આસપાસની જગામાં ક્યાંઇ જખમ કે વ્રણનો હોવો જોઇએ. ઘણા દાખલાઓમાં આમ પણ બનતું હશે; તથાપિ એવા પણ અપવાદના દાખ-

લાઓ બને છે, જેમાં ગર્ભ રહ્યા પછી પુરા માસ સુધી અટકાવ આવ્યા કરે છે અથવા ગર્ભ રહ્યા પછી કેટલાક માસે અટકાવ શરૂ થાય છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને મુદ્દલ અટકાવ દેખાયા વિના ગર્ભ રહે છે.

૨. ગર્ભધારણનું બીજું લક્ષણ ઉબકા તથા ઉલટી સંબંધી છે. આ લક્ષણ બધી સ્ત્રીઓને થતું નથી; કેટલીક સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહ્યા છતાં મોળ, ઉબકો કે ઉલટી એમાંનું કાંઇ પણ થતું નથી. ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને જે ઉલટી થાય છે તે તે ઉલટીની શરૂઆત ગર્ભધારણ પછી બીજા કે ત્રીજા અઠવાડીયાંમાં શરૂ થાય છે અને કોઇ કોઇ વાર ગર્ભ રહ્યા પછી બીજે ત્રીજે દિવસથીજ તેની શરૂવાત થાય છે. આ ઉલટી કોઇ સ્ત્રીને પ્રસવ થતાં સુધી ચાલુ રહે છે. પણ સામાન્ય રીતે ગર્ભના ચાર માસ પહેલાં જ તે બંધ પડે છે. ઉલટી, ઉબકો કે મોળ થવી, એનો સ્ત્રીની અશક્ત તથા રોગી સ્થિતિ ઉપર મુખ્ય આધાર હોવાથી એ લક્ષણ ગર્ભ રહ્યાનું ખાત્રી લાયક લક્ષણ ગણાય નહિ; અથવા દરેક ગર્ભિણીને આ લક્ષણ હોય છે, એમ પણ નથી, તોપણ જ્યાં જ્યાં ગર્ભિણી સ્ત્રીના શરીરમાં બીજા કોઇ રોગનો વિકાર નહિ હોવા છતાં તેને ઉલટી, ઉબકો કે મોળનું લક્ષણ માલમ પડે, ત્યાં ત્યાં સ્ત્રીના ગર્ભધારણપણાનું આ ખાત્રીનું તથા મહત્વનું ચિન્હ છે, એમાં શક નથી; કોઇ સ્ત્રીને ઉલટીને બદલે મોળ તથા બહુ થુંક છુટયા કરે છે. વળી કોઇ સ્ત્રીને પ્રસવના વખત ઉપર જ ઉલટી થાય છે. જે ગર્ભિણીને ઉલટી મુદ્દલ નથી થતી તેને ઉલટીને બદલે શરીર ગારોગાર થાય છે; કોઇને શરીરે ચેળ આવે છે, આળસ થાય છે અને ચક્કર આવ્યા કરે છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને ઉલટી બહુ ત્રાસ આપે છે છતાં એમ મનાય છે કે, ઉલટી થવી એ સારૂં લક્ષણ છે; કેમકે જે સ્ત્રીઓને મુદ્દલ ઉલટી ન થતી હોય તેમાંની કોઇ કોઇને સહજ કારણથી પણ ગર્ભસ્રાવ અને કસુવાવડ થઇ જાય છે; અથવા એમ કહો કે જેને બહુ ઉલટીઓ થાય તેને કસુવાવડ થવાનો સંભવ ઓછો. હવે બીજા કોઇ વિકારની ઉલટીમાંથી સગર્ભાની ઉલટી પારખવાની પરીક્ષા

એ છે કે, સગર્ભા સ્ત્રીને સવારમાં ઉઠતાં જ બકારી અને ઉલટી થવા માંડે છે; વળી સગર્ભાને ઉલટી થયા પછી તેને કાંઇક ખાવાની ઇચ્છા થાય છે, કેમકે એ કાંઇ અપચાની કે અજીર્ણની ઉલટી નથી.

૩. સ્તનમાં ફેરફાર થવો એ સગર્ભાવસ્થાનું ત્રીજું ચોક્કસ ચિન્હ છે. ગર્ભધારણ પછી ચોથા અઠવાડીયામાંથી બારમા અઠવાડીયાની દરમીઆન સ્તનનો આકાર વધે છે. સ્તનનું મોઢું કાળું થાય છે, અને સ્તન ઉપર મોટી મોટી કાળી નસો દેખાય છે. સ્તન કઠણ થાય છે; જો શરીરમાં ફક્ત લોહી ભરાવાથી સ્તન મોટાં થયાં હોય છે તો તે કઠણ હોતાં નથી પણ નરમ હોય છે. ગર્ભિણીની સ્તનની ડીંટડીઓ મોટી અને કઠણ થાય છે, તેની આસપાસ કાળાં બીંદુ કે દાણા ઉપડી આવેલા જણાય છે અને દર મહિને એ દાણા સંખ્યામાં તથા આકારમાં વધતા જાય છે, તેથી તે ચામડી ખડબચડી લાગે છે. સ્તનનો આ ફેરફાર કેટલીક સ્ત્રીઓને બહુ વહેલો થાય છે, કેટલીક સ્ત્રીઓને બહુ મોડેથી થાય છે, અને કેટલીક ગર્ભિણી સ્ત્રીઓમાં સ્તનનાં આ લક્ષણો જોવામાં આવતાં પણ નથી; માટે આ લક્ષણો ઉપર મોટો આધાર રાખી શકાય નહિ.

૪. સ્તનમાં દુધ થવું એ ચોથું લક્ષણ છે. ગર્ભિણીના સ્તનમાં દુધ બીજે માસ પૂર્ણ થયા પછી થવા માંડે છે. પહેલીવારની ગર્ભિણી સ્ત્રીના સ્તનની ડીંટડી દાબવાથી પાણી જેવો રસ કે દુધ માલમ પડે તો તેને ગર્ભ રહ્યો છે, એમ ખાત્રીથી સમજવું. જે સ્ત્રીને એકાદ છોકરૂં થઇ ગયું હોય એવી સ્ત્રીના ગર્ભની પરીક્ષા કરવી હોય તો, જો તેને છોકરૂં ધાવે અને તેના મોંમાં દુધ ન આવે તો માત્ર એટલું નક્કી થઇ શકે કે તેને ગર્ભ રહેવો સંભવિત છે; ગર્ભનો શક હોય તો આ પરીક્ષા કામમાં આવી શકે. અપવાદ તરીકે ક્વચિત એવું પણ બનતું જોવામાં આવે છે કે ગર્ભ ન હોય છતાં કાંઇ શરીરના વિકારોથી સ્તન મોટાં થાય છે અને ક્વચિત તેમાં દુધનો પણ સંચાર થાય છે.

૫. પેટ મોટું થવું એ ગર્ભ રહ્યાનું પાંચમું લક્ષણ છે. આ એ મુખ્ય લક્ષણ છે ખરૂં, પણ કેટલીક વાર દરદથી પણ સ્ત્રીનુ પેટ વધે છે. માટે દરદના પેટથી ગર્ભપણાના પેટને ઓળખી કાઢવુ જોઇએ. ગર્ભિણીના પેટનો વધારો ત્રીજા માસથી થવા લાગે છે ત્રીજા માસથી પેટ ઉંચું વધવા માંડે છે અને ડુંટીનો ખાડો પુરાવ માંડે છે, પાંચમે મહિને ડુંટીનો ખાડો છીંછરો થાય છે ને છઠ્ઠે મહિને ડુંટીનો ખાડો છેક પુરાઇ જઇ ડુંટી પેટ સાથે સપાટ દેખાય છે. ૭ માસ સુધી કમળ ડુંટીથી નીચે હોય છે. પણ સાતમા મા સથી ગર્ભ ઉપર ચડવા લાગે છે. ગર્ભિણીનું પેટ ત્રીજા મહિનાથી આઠમા મહિના સુધી વધે છે, આ પેટનો વિસ્તાર પ્રથમ મધ્યમાંથી નીચેંજ થાય છે અને ત્યાં સુધી પડખાંથી કમર સુધી બાજુને ભાગ જાડો નહિ પણ પાતળો જ હોય છે. પડખાં પણ મોટ દેખાય છે. જળોદર, ગુલ્મ, વાયુ, વગેરેથી પેટ વધેથી તેમાંથી ગર્ભિ ણીના પેટની પરીક્ષા કરવા માટે, સમજવા જેવી વાતો એ છે કે, ગર્ભ રહેવાથી પેટ વચમાંથી ઉપરની તરફ ઉંચું થતું જાય છે પડખે બહુ વધતું નથી. જળંદર વગેરે રોગમાં આવી રીતે પે નહિ વધતાં બાજુઓ પણ વધેલી હોય છે. ગર્ભિણીનું પેટ ઉંચુ થવાથી શ્વાસ પાછો મુકતી વખતે છાતીની નીચેનો ભાગ ઉંચે થતો નથી; પણ જલોદર અને એવા બીજા રોગમાં પેટ મોટું થવાથ છાતીની નીચેનો ભાગ સારી રીતે ઉંચો નીચો થાય છે જળોદર હોય છે તો અંદર પાણી હોવાને લીધે ચત્તું સુતાં અથવ સુવા બેસવાના બીજા ફેરફારની સાથે પેટની સ્થિતિમાં ફેરફાર થાય છે, કેમકે અંદરનું પાણી જે પડખે સુવાય તે તરફ ઢળી જાય છે ગર્ભિણી ગમે તે રીતે સુવે તોપણ તેના પેટની સ્થિતિમાં ફેરફાર માલમ પડતો નથી. ગર્ભિણી ચત્તી સુવે તોપણ તેનું પેટ તેવું ને તેવું દેખાય છે, પણ જળોદરવાળી સ્ત્રી ચત્તી સુવે તો તેનું પાણી બે પડખામ નમી જાય છે.

૬. પેટમાં છોકરૂં ફરકવું, એ છઠ્ઠું લક્ષણ છે. ત્રીજા મહિનાની આખરે ગર્ભ ફરકવા લાગે છે. પેટમાં ગર્ભ ફરકે એ ગર્ભાવસ્થાનું સ્પષ્ટ લક્ષણ છે. પણ કેટલીક સ્ત્રીઓને છ સાત મહિના સુધી પણ છોકરૂં ફરકતું નથી. કેટલીકવાર તો છોકરૂં અંદર કુદકા મારતું જણાય છે. પેટ ઉપર હાથ મુકી રાખવાથી સ્પષ્ટ સમજાય છે. કેટલીકવાર છોકરૂં ફરકે છે ને વચ્ચે કેટલાક દિવસ સુધી ફરકતું બંધ પડે છે અને વળી પાછું ફરકવા માંડે છે. સ્ત્રી ભુખી હોય અથવા બીજી કાંઇ બેચેની હોય ત્યારે છોકરૂં વધારે ફરકે છે, કેમકે સ્ત્રીની ભુખની કે બેચેનીની અસર બાળક ઉપર થયા વિના રહેતી નથી.

આમાંનાં એકે લક્ષણ સ્પષ્ટ ન જણાતાં હોય તેમ છતાં સ્ત્રી ગર્ભિણી હોય, એવા પણ કોઇ કોઇ દાખલા બને છે. પરંતુ કોઇ નિરોગી હોઇને નીતિ નિયમથી વર્ત્તનારી હોય તો આમાંના કોઇ પણ એકાદ લક્ષણ ઉપરથી તે ગર્ભિણી છે એમ ખાત્રીથી કહી શકાય. જ્યાં જ્યાં સ્ત્રીની નીતિ સંબંધી, પ્રકૃતિ સબંધી તથા સ્થિતિ સંબંધી શંકા હોય છે ત્યાં સ્ત્રી ગર્ભિણી છે કે નહિ તેનું નિશ્ચયપૂર્વક નિદાન કરવું, એ કઠણ કામ છે. તથાપિ આ સમયે કઇ વાત ઉપર અગર કયા લક્ષણ ઉપર વધારે આધાર રાખવો તે તો અનુભવી ઉપચારક જ સમજે છે.

ગર્ભધારણ કાળ.

ગર્ભધારણની ક્રિયામાં કોઇ પણ ઠરાવેલી પદ્ધતિ પ્રમાણે તૈયારી કરવા સંબંધી જ્ઞાન નહિ હોવાથી તથા ગર્ભ રહેવો એ અદૃષ્ટવશાત્ કે અકસ્માત્ સાધ્ય વસ્તુ છે એવી સર્વત્ર સમજણ હોવાથી, ગર્ભ કઇ વખતે રહ્યો તેની સમજણ રહી નથી, અને તેથી ગર્ભાવસ્થાનો સમય કેટલી મુદ્દતનો ગણવો, તે સંબંધી પણ એકમત નથી. તે સમયની સાધારણ મર્યાદા ૯ માસની અગર ૨૮૦ દિવસની માનવામાં હરકત નથી, પાતિવ્રત્ય યોગ્ય રીતે પાળીને પવિત્રપણે રહેનાર સ્ત્રી ગર્ભધારણનો દિવસ લક્ષમાં રાખે તો પોતે કયા પ્રસવ કરશે તેની તે

યેાગ્ય રીતે અટકળ કરી શકે એટલુંજ નહિ પણ ફરી ગર્ભિણી થયા પછી કયે દિવસે અને કઇ ઘડીમાં પ્રસવ કરશે તે વાત તે પક્કી રીતે સમજી શકશે. આ સમજણ અને જ્ઞાન નિરેાગી અને અગાઉનાં પ્રકરણેામાં બતાવેલા નિયમેા પ્રમાણે વર્તનારી સ્ત્રીને જ થાય છે.

ક્વચિત્ ક્વચિત્ ગર્ભધારણનેા કાળ ૨૮૦ દિવસેા કરતાં વધારે પણ થઇ જાય છે. કેાઇ કેાઇ સ્ત્રીને દશ મહીને અને કેાઇને બાર મહિને પણ પ્રસવ થાય છે. સામાન્ય રીતે ગર્ભના નવ માસ ગણાય છે. તેમાં અપવાદ તરીકે કેટલીક સ્ત્રીઓને એથી પણ વહેલેા પ્રસવ થાય છે અને કેટલીકને એ મુદ્દત વીત્યા પછી પણ પ્રસવ થાય છે. કેટલીક સ્ત્રીને ગર્ભની વૃદ્ધિ ૨૨૦ દિવસમાં જ પૂર્ણ થાય છે. તેાપણ ૨૬૦ દિવસેા થયા પછી જ ગર્ભ સંપૂર્ણ વધી રહે છે અને એ જ નિયમિત કાળ ગણાય. અપવાદ તરીકે ક્વચિત્ એવેા બનાવ પણ બને છે કે પાંચ માસમાં પ્રસવ થયા પછી સારી માવજત રાખવાથી બાળક ઉછરી આવે છે. તેાપણ સામાન્ય નિયમ એવેા છે કે સાત માસ પૂરા થયા વિના જન્મેલ બાળક ઘણું કરીને બચતું નથી.

પ્રકરણ ૨૭ મું.

ગર્ભ સંબંધી અદ્ભુત ભેદ.

"This living bit of Jelly has no nerves, yet it feels; has no lungs, yet it breathes; no stomach, yet it digests; is without hands, yet it works."

DR. KELLOGG M. D.

" શરબત જેવા આ જીવતા બિંદુમાં (ગર્ભબીજમાં) જ્ઞાનતંતુઓ હોતા નથી છતાં તેને જ્ઞાન છે; તેમાં ફેફસાં હોતાં નથી, છતાં તે શ્વાસોશ્વાસ લે છે; તેમાં હોજરી હોતી નથી, છતાં તે પાચન કરે છે; તેને હાથ હોતા નથી, છતાં તે કામ કરે છે."

Man the Masterpiece.

જો માણસની હયાતીનો સૌથી વહેલામાં વહેલો ઇતિહાસ તપાસીએ તો ત્યાં શું માલમ પડે છે ? એક જીવતા રસનું નાનું સરખું બિંદુ ! વાદળી (sponge) સાથે તેનું ઘણું જ મળતાપણું છે. જે આજ આપણે બજારમાં જોઇએ છીએ તે તેની સૌથી પ્રથમ સ્થિતિમાં એક ટીપું હોય છે અને આસપાસના પાણીમાંથી વધે છે અને પોતાને જોઇતું પોષણ મેળવે છે. તે આસપાસના પદાર્થોમાંથી પોતાનું હાડપિંજર બનાવે છે. એ હાડપિંજર ઉપર પોતે જીવે છે અને વધે છે, એવી જ રીતે માણસના બીજનું બિંદુ માતાના ગર્ભસ્થાનમાંથી પોષણ મેળવે છે, વધે છે, વિકાસ પામે છે, કાણાંઓ, તંતુઓ, અને અવયવો મેળવે છે, અને આખરે અદ્‌ભુત રચનાવાળું શરીર પ્રાપ્ત કરે છે ! માણસનું શરીર પ્રથમ એક બિંદુ, એક પ્રવાહી ટીપું હતું, બરફના જેવો એક ન્હાનો સરખો કણ હતો અને તેમાંથી આશ્ચર્યકારક રચનાવાળું માણસ બન્યું !

એક મનુષ્યના ઇંડા મધ્યે ભાવી બાળકનું બીજ રહે છે. આપણી પૃથ્વીના મહાન્ પુરૂષો એ ઇંડામાંથી જન્મ્યા હતા અને ભવિષ્યના મહાન્ વક્તાઓ, મહાન્ તત્વજ્ઞાનીઓ, યંત્રશાસ્ત્રીઓ, શાસ્ત્રજ્ઞો અને ધર્મોપદેશકો એ જ ઇંડામાંથી બહાર આવશે.

આ ઇંડું પ્રથમ કેવડું હોય છે, તે તમે જાણો છો ? એ ઇંડાનો વ્યાસ (લંબાઇ) $\frac{1}{120}$ ઇંચ જેટલો છે. આપણી એક આંગળીના નખ ઉપર એવાં એક હજાર ઇંડાં સમાય છે. આ ઉપરથી તે એક ઇંડું કેવું બારીક હશે, તેનો તમે ખ્યાલ કરી શકશો.

આવા એક અતિ સૂક્ષ્મ ઇંડામાં મિતાહારી કે નિશાબાજ, સદ્‌વર્તનશાળી કે વ્યભિચારી, શાંત કે તામસી, સદ્‌ગુણી કે દુર્ગુણી તથા ઉમદા ખવાસના કે નીચ ખવાસના પુરૂષનું શરીર તૈયાર થાય છે! આ સૂક્ષ્મ ઇંડાની અપકવ સ્થિતિમાં જ ક્ષય, ગંડમાલ, બુદ્ધિભ્રષ્ટતા, બેડોળ શરીર, વગેરે વ્યાધિઓ તથા વિકારોની ઉત્પત્તિ થયેલી હોય છે!

એક આંબાના વૃક્ષના દાખલાથી આ વાતની તુલના કરો. કેરીની એક ગોટલી જમીનમાં રોપવામાં આવે છે. બીજ (ગોટલીમાં રહેલું) અને ક્ષેત્ર (જમીન) એ બેના સંયોગથી આંબાના વૃક્ષનું જમીનમાં બી ઉત્પન્ન થાય છે, અને તેમાંથી બારીક અંકુર ફુટે છે. આ અંકુર આંબાના આખા વૃક્ષના પ્રમાણમાં કેવડો બારીક હોય છે ? અને તેમ છતાં એ બારીક કાંટા જેટલા અંકુરમાં ભાવી આંબાનું આખું વૃક્ષ હોય છે ! આંબાની ગોટલી હલકા આંબાની હોય છે તો તેમાંથી હલકી જાતનો આંબો થાય છે; અને ઉંચી જાતના આંબાની સંપૂર્ણ તાજી ગોટલી હોય છે તો તેમાંથી ઉંચી જાતનો આંબો થાય છે; બીજી તરફથી જમીન ખાતરવાળી તથા કસવાળી હોય છે તો તેમાં સાધારણ આંબાની ગોટલી રોપવાથી પણ સારો આંબો ફાલે છે, અને જમીન ખરાબ હોય છે તો તેમાં ઉત્તમ ગોટલી વાવ્યા છતાં પણ તેમાંથી જોઇએ એવો ઉત્તમ આંબો થતો નથી. ત્રીજી તરફથી ગોટલી મધ્યમ હોય છે, જમીન પણ મધ્યમ હોય છે, તેમ છતાં તે જમીનમાં તે ગોટલી વાવ્યા પછી જમીનમાં ખાતર અને પાણીની તજવીજ રહે છે તો સારો આંબો તૈયાર થાય છે; પરંતુ ગોટલી ઉત્તમ છતાં અને જમીન પણ ઉત્તમ છતાં, જો તે વાવ્યા પછી ખાતર અને પાણીની તજવીજ રહેતી નથી તો ઉત્તમ જમીનમાં વાવેલી ઉત્તમ ગોટલીમાંથી પણ જોઇએ એવો આંબો થતો નથી.

આવી રીતે એક આંબાને સારી રીતે ઉછેરી મોટો કરવામાં જેમ ઉત્તમ બીજ અને ઉત્તમ જમીનની જરૂર છે, તેમ તેનું બીજ

જમીનમાં ચડયા પછી પણ તે ઉપર તજવીજ રાખવાની જરૂર છે, એમ નક્કી થાય છે.

ગર્ભધારણ થયાની સાથે જ અર્થાત્ સ્ત્રીઅંડ મધ્યે શુક્ર જંતુએ પ્રવેશ કર્યાની સાથે જ જીવ ઉત્પન્ન થાય છે. જીવ ઉત્પન્ન થવાને માટે પુરૂષની અંડપેશીમાં સજીવ તથા ચપળ જંતુ હોવો જોઇએ; તે વિના ગર્ભ રહેતો નથી. પણ ગર્ભધારણ થયાની સાથે જ નવા જીવની સંસારયાત્રા શરૂ થઇ ચુકી સમજવી. ગર્ભધારણની સાથે તેના સૂક્ષ્મ આત્માનો અને સ્થૂળ શરીરનો સંબંધ થઇને શરીરની સાથે સાથે જ આત્માનો આકૃતિ, પ્રકૃતિ, કે વિકૃતિનો સંકોચ કે વિકાસ થતો હોય એમ જોવામાં આવે છે. સાદા શબ્દોમાં બોલીએ તો ગર્ભ-ધારણ થયા પછી તેની અંદરના જીવનું જેમ શરીર બંધાય છે તેમ સારી કે ખોટી પ્રકૃતિનું પણ તેમાં બંધારણ થાય છે. નાશવંત દેહનો અમર આત્મા સાથે નિકટ સંબંધ કરાવનાર જે એક મધ્યસ્થ તત્વ છે, તેનું નામ જ્ઞાનતંતુજાળ અથવા ઇન્દ્રિયસંઘ છે. આ વિલક્ષણ તંતુજાળની મારફત જ દેહની ભાવના, વર્તન તથા સ્થિતિ આત્માને માલમ પડે છે. આત્મા સર્વ વિકારથી અલિપ્ત (છુટો) હોવાં છતાં પણ તંતુજાળ દ્વારા દેહનો વિકાર તેને પણ થાય છે; એજ પ્રમાણે, આત્માને કોઇ પણ ક્રિયા કરવાની ઇચ્છા થવાથી તે તત્કાળ તે તે જ્ઞાનતંતુદ્વારા તે તે શરીરના ભાગમાં પહોંચીને તેની પાસે તે ક્રિયા કરાવે છે. જન્મથી પહેલાં જ એટલે પ્રસવ પહેલાં ગર્ભસ્થિતિમાં જ બાળકમાં જેમ માતા પિતાનું શરીર પ્રાપ્ત થાય છે, તેમ પરમાત્માના આ અંશમાં (ગર્ભની અંદરના આત્મામાં) પણ આકૃતિ પ્રકૃતિ (સ્વ-ભાવ) અને વિકૃતિ (વિકાર) ની અસરો ઘડાય છે અને ગર્ભ સમ-યની આ અસરો મરણ સુધી ટકે છે.

જો કે આત્મા નિર્વિકારી, નિરાકાર, નિરામય (નિરોગી) અને અજરામર (ઘડપણ કે મૃત્યુ વિનાનો) છે, તથાપિ જે દેહની સાથે તેનો સંબંધ બંધાય છે તે દેહની સાથે આત્માને પણ આકાર, વિકાર,

સ્વભાવ, રોગ, વૃદ્ધપણું, વગેરે ગુણો લાગુ પડે છે. અને શરીરની સાથે જ આત્માના ગુણો પ્રગટ થાય છે તથા શરીરની સાથે જ આત્માના આ ગુણોમાં વધઘટ કે વિકાર થાય છે.

સ્ત્રીના કમળમાં જે નવો જીવ ઉત્પન્ન થાય છે તે નવો જીવ ઉત્પન્ન થયાની અદ્દ્ભુત ક્રિયા અને તે નવો જીવ વધવાની આશ્ચર્યકારક કૃતિ, એ બન્ને ક્રિયાઓને જો માતાપિતાઓ યથાર્થ રીતે સમજી શકે, તો નવી પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાના કાર્યમાં ઘણો સુધારો થઈ શકે, અને તેઓ ઇચ્છે એવાં સંતાનો ઉત્પન્ન કરી શકે, માતાના લોહીમાંથી ગર્ભના શરીરનું પોષણ થાય છે. એ વાત માતાએ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવી. આંબાની ગોટલીમાંથી ફુટેલો એક સૂક્ષ્મ અંકુર ધીમે ધીમે વધીને મોટું વૃક્ષ શી રીતે બને છે? એ અંકુર જમીનમાંથી પોતાનું પોષણ મેળવે છે. એવી જ રીતે ગર્ભમાં ઉત્પન્ન થયેલો નવો જીવ માતાના શરીરમાંથી પોષણ મેળવે છે, અને એક બારીક બિંદુમાંથી માણસના સંપૂર્ણ આકારવાળું બાળક નવ માસમાં તૈયાર થાય છે.

પણ આ નવા જીવની વૃદ્ધિ શી રીતે થાય છે? શું આ બિંદુ જેટલા ગર્ભમાં પોષણ મેળવવાના અવયવો છે? શું આ નવા સૂક્ષ્મ જીવને જ્ઞાનતંતુઓ હોય છે? શું તેને ફેફસાં હોય છે? માતાના રૂધિરનું પોષણ લેવા માટે શું એ નવા જીવમાં પાચન કરનારા અવયવો હોય છે? શું તેને હાથપગ હોય છે? હા! ગર્ભધારણની સાથે જ એ નવા જીવમાં આ બધા અવયવો તૈયાર હોય છે; આકાર નહિ છતાં એ સર્વ અવયવો તેમાં મોજુદ હોય છે! કેમકે એ અવયવો વિના એ બાળક આ બધા શરીરના અને આત્માના ગુણદોષ કે વિકારો શી રીતે ગ્રહણ કરી શકે! આ પ્રકરણને મથાળે ડૉ. કેલૉગના શબ્દો ટાંકેલાં છે, તે પ્રમાણે શરબત સરખા એક પ્રવાહી બિંદુમાં (નવા જીવમાં) જ્ઞાનતંતુઓ નહિ હોવા છતાં તે નવા જીવને લાગણીઓ હોય છે, તેમાં ફેફસાં નહિ હોવા છતાં તે શ્વાસોશ્વાસ લે છે, તેમાં પેટનો અને

પાચનક્રિયાનો આકાર નહિ દેખાતાં છતાં તે માતાના શરીરમાંથી મળતા પોષકરસને પચાવે છે; તે નવા જીવને હાથપગ નથી હોતા તોપણ તે ગર્ભની અંદર ક્રિયા કરે છે. નવા જીવમાં આ બધા અવયવોના પ્રત્યક્ષ આકાર નહિ હોવા છતાં તે અવયવોની ક્રિયાઓ તેમાં મોજુદ હોય છે ? આ આશ્ચર્યકારક ભેદ સમજી લીધા પછી ગર્ભધારણ કરનાર માતાઓ પોતાની કુખની અંદરના બાળકનું પોષણ કરવાની પ્રવૃત્તિ કરે તો, મારી ખાત્રી છે કે, તેઓ પોતાના બાળકનું ભવિષ્ય ઘણાક પ્રકારે સુધારી શકે. માણસજાતના હાલના અનિયમિત વર્તનમાં ગર્ભાધાન એ ક્રિયા નિશ્ચિત નહિ હોવાથી માતાપિતાઓ ગર્ભાધાન સંસ્કારના તે સમય ઉપર પાળવા જોગ ચોક્કસ નિયમો પાળી શકે નહિ, એ બનવા જોગ છે; પણ નવો જીવ ઉત્પન્ન થયા પછી એટલે ગર્ભ રહ્યો છે એવી ખાત્રી થયા પછી માતપિતાઓ અને મુખ્ય કરીને માતાઓ ચોક્કસ નિયમો પાળીને પોતાનાં ભાવી બાળકોનું શારીરિક અને આત્મિક બંધારણ સુધારી શકે.

માતાઓ ! તમારા ઉદરમાંના ગર્ભનું પહેલેથી છેલ્લે સુધી પોષણ કરનાર તમે જ છો અને તમારા પોતાના ખાનપાન અને પોષણ ઉપર તમારા ગર્ભના પોષણનો બધો આધાર છે. હવે. પછીના એક પ્રકરણમાં જણાવ્યા પ્રમાણે તમારા ગર્ભસ્થાનનો જે ગર્ભ એક ઝીણા બીંદુમાંથી ઝપાટાબંધ વધવા માંડે છે, તે તમારા શરીરમાંથી જ વધે છે, તમારા શરીરમાંથી જ પોષણ મેળવે છે, એટલું જ નહિ પણ તેનામાં સર્વ લાગણીઓ, સ્વભાવ અને ગુણદોષો પણ તમારી લાગણીઓ, સ્વભાવ તથા ગુણદોષ પ્રમાણે દાખલ થાય છે. માટે ગર્ભધારણની સાથે જ તમે તમારા ખાનપાનમાં અને વર્તનમાં સુધારો કરો, અને તમો ઉત્તમ બાળકોની જનેતા થાઓ !

પ્રકરણ ૨૮ મું.

ગર્ભવૃદ્ધિ.

"The Proper Study of Mankind is Man."
A PHILOSOPHER.

" માણસનો (તેના શરીરનો) અભ્યાસ એ જ માણસ-
જાતનો યોગ્ય અભ્યાસ છે."

ગર્ભસ્થાનમાં ગર્ભ શી રીતે વધે છે ? આ અદ્દભુત અને આશ્ચર્યકારક ક્રિયા દરેક સ્ત્રીએ અને દરેક માતાએ સમજવી જ જોઇએ; તેના સત્યજ્ઞાન વિના એક સ્ત્રી માતા થવાને લાયક નથી. સ્ત્રી નવ માસ સુધી પોતાના ઉદરમાં ગર્ભનો ભાર ઉચકે છે, પણ એ ગર્ભ શી વસ્તુ છે, ત્યાં કેવી રીતે રહે છે અને કેવી રીતે વધે છે, તે સંબંધી તે કાંઈ ન જાણે એ થોડા ખેદની વાત છે ?

અગાઉનાં પ્રકરણોમાં ગર્ભની ઉત્પત્તિ વિષેની સમજણ આપી છે. તે પ્રકરણોમાં કહી ગયા પ્રમાણે, ગર્ભના જીવની શરૂવાત એક જીવવાળા ઈંડાથી થાય છે. તે ઇંડું સ્ત્રીના અંડાશયની એક પેશીમાં હોય છે. ત્યાંથી તે અંડાશય તથા ગર્ભાશયની વચ્ચેની નળીના મોં ઉપર આવે છે, ત્યાં તે પેશી ફુટે છે અને તેમાંનું ઇંડુ એક અઠવાડીયા સુધી ત્યાં રહે છે. આઠ દિવસ પછી તે ધીમે ધીમે ગર્ભસ્થાનની કોથળીમાં (કમળમાં) આવવા માંડે છે. અને ત્યાં આવીને ગર્ભસ્થાનની પોકલ થેલીની એક બાજુમાં ચોંટે છે. ત્યાં તે ઇંડાની આસપાસ એ કોથળીની બારીક ત્વચા વધવા માંડીને તે ઈંડાને ઢાંકવા માંડે છે અને ચોક્કસ મુદતે તે ત્વચા તે ઇંડાની આસપાસ ફરી વળીને ઈંડાંને બંધ કરી દે છે. આવી રીતે આ ઇંડુ કમળથી છુટું પણ કમળની પોલાણમાં કમ-

ળના એક ભાગને વળગેલી નરમ મખમલ જેવી થેલીમાં અધર લટકતું થાય છે અને તેમાં તે વધે છે.

આ ત્વચા સંબંધે ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓ એવું જણાવે છે કે, ગર્ભધારણ થતાંને વાર ગર્ભાશયની શ્લેષ્મ ત્વચા ઝપાટાબંધ વધવા લાગે છે. આ ત્વચા જાડી ફુલેલી તથા તાંબડા રાતા વર્ણની હોય છે. ગર્ભાશયની આ વધવા માંડેલી ત્વચાની ઘડીઓ પડીને ગર્ભસ્થાનની પોલાણમાં લંબાતી જાય છે અને તે ત્વચા ઉપર સૂક્ષ્મ ગર્ભને આરંભમાં પુષ્કળ પોષક રસ પુરો પાડનારી ગર્ભાશયની નલિકાઓ પણ મોટી મોટી હોય છે, તેથી તેનાં ઉઘાડાં મોઢાં, ન્હાનાં ન્હાનાં છિદ્રો માફક, સ્પષ્ટ દેખાય છે. આ શ્લેષ્મત્વચાની રક્તવાહિનીઓ પણ મોટી હોઇને તેની સંખ્યા પણ વધે છે અને અધિક ઘટ બનતી જાય છે અને એક ઘટ અને વિસ્તારવાળું જાળું બંધાય છે.

આવી રીતે ગર્ભાશયના અંદરના અંગને એક જાડું પણ નરમ મખમલ જેવું અને રક્તવાહિનીઓથી ભરપુર અસ્તર ગર્ભાશયની અંદર મૂળ ત્વચાનું જ બને છે. આ અસ્તરને વલિત્વચા અથવા અંગ્રેજીમાં 'ડેસીડ્યૂઆ વ્હીરા ' કહે છે.

ગર્ભાશયના પોલા ભાગમાં આ વલિત્વચાની બે ઘડીઓ વચ્ચેના ખાંચામાં ગર્ભધારણ પામેલું ઈંડું પ્રથમ કહી ગયા પ્રમાણે ચોટે છે અને ત્વચા વધારે મોટા ઝપાટાથી વધીને આ સજીવ ઈંડાને ઘેરી લે છે, જેથી તે ગર્ભનું ઇંડું ગર્ભાશયના બીજા ભાગો કરતાં છેક અલગ પડીને ગર્ભાશયની પોલમાં આ નવી બનેલી ત્વચાની થેલીમાં લટકે છે. વલિત્વચાની આ થેલી વધીને લાંબી થયેલી બીજી વલિત્વચાને અંગ્રેજીમાં " ડેસીડ્યૂઆ ફ્લેક્સા " કહે છે.

આ મુદ્દત દરમીઆન ઈંડું બહુ મોટું થાય છે અને તેના પ્રમાણમાં તેને અધિક પોષક રસની જરૂર પડે છે. તે પોષકરસ મળે તેને માટે એવી રચના થયેલી છે કે, તે ઈંડાના બાહ્યઅંગની સપાટીમાં બારીક તંતુઓ ઉત્પન્ન થાય છે અને તે વધીને તળીયાની વલિત્વ-

ચાની ઘડીમાં પ્રવેશ કરે છે અને ત્યાંથી નલિકામાંના પોશકરસને શોષી લઇને ઈંડાને આપે છે. આવી રીતે કેટલીક મુદ્દત સુધી ઈંડાનું પોષણ થાય છે.

બીજા માસની આખરે વલિત્વચાના એ ખાંચામાનું ઈંડું ચોંટવાની જગા છોડી દે છે એટલે બીજા ડેકાણુના તે ઉપરના તંતુઓ ધીમે ધીમે નાશ પામે છે. પણ કુપલી જગાના તંતુઓ મોટા તથા એકત્ર થઇને તથા ત્યાંની ત્વચામાં મળી જઇને તેનું એક નાળ બનવા લાગે છે. આ નાળને અંગ્રેજીમાં 'પ્લેસેન્ટા' કહે છે.

આ સમય ઉપર આ ગર્ભના ઈંડાં મધ્યે આપોઆપ મોટો ફેરફાર થાય છે, તે એ કે, તેમાં વિભાગ થવા લાગે છે. પ્રથમ અંદરના ઈંડાના મધ્યમાં એક ઉભી ફાટ પડે છે અને તે ફાટ ઉત્તરોત્તર પહોળી થઇને તેના બે અર્ધગોળ વિભાગ પડે છે. આ ઉભી ફાટની મધ્યમાં છેદ કરનારી એક આડી ફાટ પડે છે અને તેથી એમાંથી ચાર સમાન ભાગ પડે છે. આ વિભાગ થવાની ક્રિયા આ ક્રમથી ચાલુ જ રહે છે અને તેથી ચારમાંથી સોળ, સોળમાંથી ચોસઠ, અને એવી જ રીતે અસંખ્ય સૂક્ષ્મ ગોળ વિભાગો થતાં એક સીતાફળ જેવો ગોળો બને છે. આ વિભાગો જેમ જેમ વધે છે તેમ તેમ તે કદમાં અતિ સૂક્ષ્મ બનતા જાય છે. એ ગોળ વિભાગોની બાજૂઓ એક બીજાની સાથે ચોંટીને એકજીવ થાય છે અને તે વિભાગોની વચ્ચેની જગા એક પ્રકારના પારદર્શક પદાર્થથી ભરેલી હોય છે.

આ પછી એક બીજો જાણવા જોગ ફેરફાર થાય છે. તે ફેરફાર એ છે કે, તેમાં અંગોત્પાદક ચર્મની ઉત્પત્તિ થાય છે. અંગોત્પાદક ચર્મ એટલે ગર્ભનાં અંગો ઉત્પન્ન કરનારી ચર્મક્રિયા. આ ચર્મનાં બે પડ છે. એક અંદરનું અને બીજું બહારનું. આ સમય ઉપર ઇંડાનો આકાર એક ગોળ થેલી જેવો હોય છે. આ થેલીની ભીતરમાં એકની અંદર બીજું અને એક બીજાની સાથે ચોટેલ એવાં ત્રણ પડ હોય છે. પ્રથમનું બહારનું પડ કાંઇ પણ પરમાણુ (પદાર્થ) વિનાનું સાદું

આચ્છાદન હોય છે; તેની અંદરનું બીજું પડ તે પરમાણુ યુક્ત અંગોત્પાદક ચર્મનું બાહ્યપડ અને ત્રીજું પડ તે પરમાણુ યુક્ત અંગોત્પાદક ચર્મનું અંતરપડ છે.

ગર્ભઅંડની આ વિભાગ થવાની તેમજ અંગોત્પાદક ચર્મની ક્રિયા વડે ઇંડાના પદાર્થમાં ફેરફાર થાય છે, તે એ કે, પ્રથમ એ ઇંડુ ધોળો ચીકણો અને તેલ જેવાં પરમાણુયુક્ત એક સાદો ગોળો હોય છે, તેને હવે આકાર અને ઇન્દ્રિયો પ્રાપ્ત થવા લાગે છે. અંગોત્પાદક ચર્મની ઉત્પત્તિની સાથે ગર્ભના શરીરમાં આકાર થવા લાગે છે. અવયવ ઉત્પન્ન થવાની શરૂઆતના ચિન્હ તરીકે એ અંગોત્પાદક ચર્મનું પડ ઘટ તથા જાડું થાય છે, અને તેમાં અંડાકૃતિનું એક ટપકું દેખાય છે. ગર્ભને આકાર તથા ઇન્દ્રિયો નીચેના ક્રમથી થાય છે:—

૧. ઇંડાના પ્રથમ ગોળ વિભાગો થવાથી અંગોત્પાદક ચર્મ ઉત્પન્ન થાય છે, અને તેને એક અંદર અને એક બાહાર એવાં બે પડ હોય છે.

૨. અંગોત્પાદક ચર્મના બાહ્યપડના આગલા અસ્તર વડે મસ્તક તથા કરોડરજ્જુનાં શ્રોત બને છે અને પાછલા અસ્તર વડે ઉદરની પોલ બને છે.

૩. અંગોત્પાદક ચર્મના અંદરના પડથી આંતરડાંની નળી બને છે.

૪. છેવટ અંગોત્પાદક ચર્મના બાહ્યપડથી મસ્તક, બરડાની કરોડરજ્જુ, અને તેમાંથી નીકળનારી વાતવાહિની નલીઓ, હાડપિંજર, જ્ઞાનેન્દ્રિયો, ત્વચા તથા સ્નાયુ એ સર્વ ઉત્પન્ન થાય છે. છેલ્લે અંગોત્પાદક ચર્મમાંથી જ ફાંટા નીકળીને તેમાંથી હાથ પગ થાય છે.

અંગોત્પાદક ચર્મના બાહ્ય પડમાંથી જ એક ઘડી (પડ) નીકળીને તેમાંથી ગર્ભના ઉપર એક અસ્તર બને છે. તેને અંગ્રેજીમાં 'એમનીયૅાન' કહે છે. તે અસ્તરના અંદરના અંગમાંથી એક પ્રવાહી રસ ઝરે છે અને એ જ ગર્ભોદક છે કે જેમાં ગર્ભની થેલી' નવ માસ સુધી તરતી રહે છે.

અંગોત્પાદક ચર્મના અંદરના પડમાંથી એક બીજું અસ્તર બને છે તેને અંગ્રેજીમાં 'એલેન્ટૉઇસ' કહે છે. તે પૂર્ણ થાય છે એટલે ગર્ભને ચારે બાજુથી પુરી લે છે અને તે એક અંગથી અંતરના અસ્તરને ચોંટે છે અને બીજા અંગથી ઇંડાના બહારના અસ્તરને ચોંટે છે. આ રીતે ગર્ભનું જે બહારનું અસ્તર બને છે તેને જરાયુ કહે છે. અંગ્રેજીમાં તેને 'કોરીયન' કહે છે.

જરાયુમાં સૂક્ષ્મ તંતુઓ નીકળે છે તે કેટલોક સમય ગયા પછી એકમેક બનીને ગર્ભાશયની અંદરની જે વલિત્વચા તેને ચોંટે છે અને તેમાંથી નાળ (પ્લેસેન્ટા) બને છે. આ નાલ મારફત માના શરીરના લોહીનું પોષકતત્વ ગર્ભને પહોંચે છે ને તેથી ગર્ભને પોષણ મળે છે, જે વાત પ્રથમ પણ કહેલી છે.

ગર્ભનાલનો એક છેડો ગર્ભની નાભિમાં હોય છે અને બીજો છેડો ગર્ભાશયમાં હોય છે. ગર્ભની નાભિમાં આ નાળનો છેડો એક પેશીમાં હોય છે અને તે પેશીમાં પ્રથમ અવસ્થામાં ગર્ભના પોષણ માટે એક પ્રવાહી રસનો સંચય થાય છે. પાછળથી તે પેશી ધીમે ધીમે ન્હાની બનતી જાય છે, ત્રણ માસનો ગર્ભ થયા પછી તે પેશી અદૃશ્ય થાય છે. ગર્ભનાળનો જે છેડો ગર્ભાશયમાં હોય છે તેમાં રક્તવાહિનીઓ એકત્ર થઇને તેમાંથી બે ધમનીઓ તથા એક શીરા નીકળે છે અને તેની આસપાસ અસ્તર હોય છે. આ અસ્તર, બે ધમનીઓ તથા એક શિરા એ ત્રણે એકત્ર થઇને એક ગર્ભનાળ બનેલ હોય છે. આ બે ધમનીઓ તથા એક શીરાનો સંબંધ ગર્ભના હૃદય સાથે થયેલો હોય છે. નાળમાંથી શિરા દ્વારા શુદ્ધ, લાલ, તથા પોષણ યોગ્ય લોહી ગર્ભના હૃદયમાં જઇને ત્યાંથી ગર્ભના આખા શરીરમાં પ્રસરે છે. ગર્ભના શરીરનું અશુદ્ધ કાળું લોહી ઉપલી બે ધમનીઓ દ્વારા નાલકંદમાં પાછું આવીને ત્યાંજ તે શુદ્ધ બનીને પોષણ યોગ્ય બને છે.

માના શરીરમાંથી ગર્ભના શરીરમાં અથવા ગર્ભના શરીરમાંથી

માના શરીરમાં લોહી પ્રત્યક્ષ જતું જણાતું નથી, પરંતુ જ્યારે ગર્ભનું રૂધિરાભિસરણ તથા જીવન એ મા તરફથી જ કેવળ સ્વતંત્ર રીતે ચાલે છે, ત્યારે નાલનો સંબંધ ગર્ભાશય સાથે થાય છે ત્યારથી તે પ્રસવ વખતે નાલ તુટે છે ત્યાંસુધી ગર્ભને પોષક દ્રવ્ય મા પાસેથીજ મળે છે; જેથી માતાના ગર્ભાશયમાંની અને નાલકંદમાંની રક્તવાહિનીઓનો નિકટ સંબંધ હોવાને લીધે પરસ્પરના શુદ્ધ તથા અશુધ્ધ લોહીનું લેવદેવ ચાલે છે.

ગર્ભનાલનો આકાર ગોળ છે અને તેને બે ચપટાં અંગ છે. તેના મધ્ય ભાગની વધુમાં વધુ જાડાઇ ૧ થી ૨ ઇંચ હોય છે અને તેનો ઘેરાવો ૮ ઇંચ હોય છે. એ નાલનો એક ચપટો છેડો ગર્ભાશયની અંદરના કોઇ પણ એક ભાગમાં ચોટેલો હોય છે. આ ગર્ભનાળચું થોડા દિવસના ઉપયોગ માટે જ બનેલું હોય છે. એ નાળચું ગર્ભનો કે માતાના શરીરનો કોઇ અવયવ ગણાતો નથી; કેમકે પ્રસવની સાથે તે નાળચું ખરી પડે છે.

ગર્ભાશયમાં ગર્ભની સ્થિતિ, વૃધ્ધિ, પોષણ, તથા તેના અંગોનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું. હવે ગર્ભસ્થાનની અંદરનો ગર્ભ દરેક માસમા કેટલો વધે છે અને દરેક માસમાં તેનાં કયાં કયાં અંગો બને છે તેનું સંક્ષિપ્ત વર્ણન આ નીચે કરવામાં આવે છે. 'ધાત્રીશિક્ષા'ના ત્રીજા ભાગના ચોથા પ્રકરણમાં આ વર્ણન આવેલું છે, તથાપિ અત્રે પણ એ વર્ણનની ખાસ જરૂર જાણીને દાખલ કરેલ છેઃ—

૧. પહેલું અઠવાડીયું—ગર્ભની પ્રથમ સ્થિતિ પ્રવાહી બિંદુ જેવી હોય છે. પહેલા અઠવાડીઆને અંતે આ પારદર્શક જળ બિંદુમાંથી અપારદર્શક એક ટપકું માલમ પડે છે.

૨. બીજું અઠવાડીયું—બીજા અઠવાડીયામાં ગર્ભનું વજન આશરે એક ગ્રેનનું એટલે અરધી ચણોઠી જેટલું હોય છે. આ અઠવાડીયાની આખરે ગર્ભનું ટપકું ખુલ્લી આંખે દેખાય એવડું હોય છે.

૩. ત્રીજું અઠવાડીયું—ત્રીજા અઠવાડીઆમાં ગર્ભનો આકાર

લગભગ વટાણા જેવડો હોય છે અને તેમાં પાતળો રસ ભરેલો હો[illegible] છે અને તેના મધ્યમાં એક અપારદર્શક બિંદુ માલમ પડે છે. એ[illegible] વીશમે દિવસે ગર્ભ વાલના દાણા જેવડો થાય છે અને વજન ચા[illegible] ઘઉંભાર હોય છે, આ સમયપર ગર્ભમાં કરોડરજ્જુનાં હાડકાં, હૃદય મગજ વગેરે રચાવા લાગે છે.

૪. **ચોથા અઠવાડીઆમાં** એટલે એક માસનો ગર્ભ એ મોટી બગાઇ જેવડો હોય છે. અને તેનો આકાર એક ચેળ (કીડા)-માફક વાંકો હોય છે. તેની લંબાઇ ½ ઇંચ હોય છે. હાથપગ ફુટ[illegible] હોતા નથી અને માથું બીજા ભાગના પ્રમાણમાં મોટું હોય છે.

૫. **પાંચમા છઠ્ઠા અઠવાડીઆમાં** માથું શરીરના પ્રમાણ[illegible] ઘણું જ મોટું હોય છે. આંખોને ઠેકાણે બે બાજુમાં બે કાળાં ટપ[illegible] દેખાય છે, અને હૃદયનો આકાર મોટા માણસ જેવો દેખાવા લાગે છે

૬. **સાતમે અઠવાડીએ** હાંસડીનું તથા નીચેના જડબા[illegible] હાડકું બંધાવા માંડે છે, પાંસળીઓ રચાવા માંડે છે, હૃદયનો આકા[illegible] વધારે પૂર્ણ થાય છે, મગજ વધારે મોટું થાય છે, અને હાથ પ[illegible] ફુટે છે; આંખો તથા કાન વધારે સ્પષ્ટ દેખાવા લાગે છે; ફેફસાં[illegible] પેશીઓ માત્ર રેખા જેટલી જણાય છે: શ્વાસનળી એક નાજુક દો[illegible] જેવી દેખાય છે, પણ યકૃત (લીવ્હર) વધારે મોટું હોય છે; મૂ[illegible] પિંડો તથા તેમાં અસ્તરો તૈયાર થાય છે; જનનેન્દ્રિયનો આરં[illegible] પણ આ સમયપર થાય છે, પણ બાળક નરજાતિનું છે કે નારીજા[illegible] તિનું છે તેની ઓળખાણ પડતી નથી. ગર્ભની લંબાઈ ¾ ઇંચ હોય છે

૯. **બીજો માસ**—હાથ પગ તથા પંજા સ્પષ્ટ દેખાવા લા[illegible] છે, પણ આંગળીઓ દેખાતી નથી; આંખના ડોળા બહાર પડ[illegible] જણાય છે, પણ પાંપણો અપૂર્ણ હોય છે. નાક બરાબર ઉંચું આવે[illegible] દેખાતું નથી, અને મોં પહોળું હોય છે. ગર્ભની લંબાઇ ૧ાા થી [illegible] ઇંચની હોય છે અને વજન એક થી બે રૂપીઆભાર હોય છે; આખ[illegible] ગર્ભના વજનનો ¼ ભાર ફક્ત માથામાં હોય છે.

૮. સાઠથી શીતેર દિવસ વચ્ચે ગર્ભ જલદી વધે છે અને સર્વ ભાગો વધારે પૂર્ણતા પામે છે, આંખો મોટી જણાય છે, પાંપણ દેખાવા લાગે છે, નાક ઉંચું તરી આવે છે, મોઢું મોટું થાય છે, કાનનો બાહ્ય આકાર રચાય છે, મગજ નરમ માવા જેવું બને છે, ગળાનો ઘાટ સ્પષ્ટ દેખાવા લાગે છે, અને હૃદય પૂર્ણરીતે રચાઇ રહે છે.

૯. ત્રણ માસ પૂર્ણ થયા પછી પોપચાં પૂર્ણ તથા સ્પષ્ટ જણાય છે, પણ તે મીંચેલાં હોય છે. બે હોઠ મળી જાય છે, કપાળ તથા નાક સ્પષ્ટ દેખાય છે, અને જાતિદર્શક અવયવો સ્પષ્ટ દેખાય છે. હૃદય વેગથી ધડકે છે, મોટી રક્તવાહિનીઓમાં રાતું લોહી વહેવા માંડે છે, હાથ-પગની આંગળીઓ સ્પષ્ટ દેખાય છે, સ્નાયુ તૈયાર થવા લાગે છે, અને પગની પીંડીઓ બંધાવા માંડે છે. આ સમય ઉપર ગર્ભની લંબાઇ ૪ થી ૫ ઇંચની હોય છે, અને તેનું વજન ૫ થી ૧૦ તોલા હોય છે.

૧૦. ચોથા માસમાં માસ આખરના દિવસોમાં ગર્ભ જેટલો ઝડપથી વધે છે એટલો આરંભના દિવસોમાં વધતો નથી. લંબાઇ ૬ થી ૮ ઇંચની હોય છે અને વજન ૧૫ થી ૨૦ તોલા હોય છે. આ માસમાં ચહેરો વધારે લાંબો થાય છે, પણ તેનું સ્વરૂપ હજી અપૂર્ણ હોય છે. આંખો, નસકોરાં, તથા મોં બંધ હોય છે. ચામડીનો રંગ ગુલાબી હોય છે. આ માસમાં જન્મેલો ગર્ભ કેટલાક કલાક જીવે છે.

૧૧. પાંચમા માસમાં ગર્ભ ૮ થી ૧૦ ઇંચ લાંબો અને વજન ૨૦ તોલાથી ૨૭ાા તોલા સુધી હોય છે.

૧૨. છઠ્ઠા માસમાં ગર્ભની લંબાઇ ૧૨ થી ૧૨ાા ઇંચની હોય છે, અને વજન આશરે એક રતલ હોય છે. આ માસમાં માથા ઉપર વાળ થાય છે, આંખો મીંચેલી જ હોય છે, તથા ભમરો અને પોપચાંને ઘણા જ કોમળ વાળ આવેલા દેખાય છે.

૧૩. સાતમા માસમા દરેક અવયવ કદમાં વધારે મોટા તથા પૂર્ણ દેખાય છે. હાડકાં બહુધા રચાઇ રહે છે. ગર્ભની લંબાઇ ૧૨ થી ૧૪ ઇંચની હોય છે. અને વજન ૨ાા થી ૩ રતલ હોય છે. આ

માસમાં અવતરેલું બાળક શ્વાસોશ્વાસ લઇ શકે છે, રોઇ શકે છે ત
ધાવી શકે છે, અને વધારે કાળજીથી ઉછેરવાથી તે મોટું થાય છે.
એટલું બધું નબળું હોય છે કે ન્હાવાના કે કપડાં પહેરાવવાના શ્રમ
તે સહન કરી શકતું નથી. તે ધાવવા માટે વચમાં જાગી જાય
અને બાકીનો સઘળો વખત ઉંઘ્યા જ કરે છે. તેના શરીરમાં ગર
એટલી તો ઓછી હોય છે કે તેને સદા ગરમ કપડાંમાં વીંટીને તે
માના પડખામાં અથવા બીજા કોઇના ખોળામાં રાખવું જોઇએ, જેથ
બીજાની ગરમી (હુંફ) બાળકને લાગીને તે ગરમ રહે તો વધારે સા

૧૪. **આઠમા માસમાં** ગર્ભની લંબાઇ કરતાં જાડાઈ વધે
લંબાઇ ૧૬ થી ૧૮ ઇંચની હોય છે, અને વજન ૪ થી ૫ શેર
હોય છે. ચામડીનો વર્ણ ઘણો લાલ થાય છે, અને તે ઉપર એ
પ્રકારનો ચીકણો રસ ખરડાયેલો હોય છે.

૧૫. **નવમા માસમાં** એટલે પૂર્ણ દિવસોનો ગર્ભ ૧૯ થી ૨
ઇંચ લાંબો હોય છે, અને વજન ૬ થી ૯ રતલનું હોય છે. લો
વાળ જેવી સૂક્ષ્મ રક્તવાહિનીઓમાંથી વહેવા માંડે છે વથા ચામડી
પરસેવો આવવા લાગે છે.

પ્રકરણ ૨૯ મું.

ગર્ભના શરીરની રચનામાં ગર્ભિણીના વર્તનની છાપ.

"So true, so admirable, and so energetic ar
the manifestations of the vital instincts of th
uterus on this occasion that they seem almos
like intelligences." DR. TRALL.

"આ સમયે ગર્ભસ્થાનની જીવંત પ્રેરણાબુદ્ધિનો આવિર્ભાવ એવો
તો શુદ્ધ અને વખાણવા લાયક હોય છે કે તે આવિર્ભાવ
લગભગ બુદ્ધિ સરખો લાગે છે."

ગર્ભસ્થાનમાં નવ માસ સુધીમાં ગર્ભનું શરીર કેવી રીતે રચાય છે, તેનું વર્ણન પાછલા પ્રકરણમાં કરવામાં આવ્યું. ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાન-શાસ્ત્રી ડૉ. ફાઉલર કહે છે કે, ગર્ભ રહ્યા પછી પહેલા છ માસમાં ગર્ભના શરીરનું બંધારણ થાય છે અને છેલ્લા ત્રણ માસમાં મગજનું બંધારણ થાય છે. માટે માતાએ બચ્ચાંની શારીરિક તન્દુરસ્તી અને ખુબસુરતી માટે પહેલા છ માસ સુધી ખુબ લક્ષ આપવું અને તેને બુદ્ધિમાન્ તથા વિચારવંત બનાવવા માટે છેલ્લા ત્રણ માસ સુધી પ્રયત્ન કરવો. એની મતલબ એ છે કે, માતા પોતાના શારીરિક વર્ત્તનથી ગર્ભના શરીર ઉપર અને માનસિક વિચારો વડે ગર્ભના મન ઉપર ઘણી પ્રબળ અસર ઉપજાવી શકે છે. ગર્ભસ્થાનમાં ગર્ભ રહ્યો એટલે તે સ્વાભાવિક ક્રમથી વધવાનો અને તેમાંથી પુરા માસે બાળક બહાર આવવાનો; પણ એ મુદતમાં ગર્ભિણી માતા પોતાના વર્ત્તનની ઘણી પ્રબળ અસર ગર્ભ ઉપર ઉપજાવી શકે છે. આ વિષે વધારે વિસ્તારવાળું વર્ણન હવે પછીના એક બીજા પ્રકરણમાં આવશે. પણ એક માતા ધારે તો, અને આ પ્રકરણમાં બતાવેલા નિયમો પ્રમાણે વર્ત્તીને પ્રયાસ કરે તો, તે પોતાના ગર્ભસ્થાનની અંદર ઉછળતા બાળકને વધારે સુંદર અને વધારે નિરોગી બનાવી શકે.

પૂર્વે કહેવામાં આવ્યું તે પ્રમાણે, ગર્ભ પોતાની માતાના લોહીમાંથી પોષણ મેળવે છે. લોહી ઉપર નિરોગીપણાનો તથા સુંદરપણાનો મુખ્ય આધાર છે. જો માનું લોહી શુદ્ધ અને નિરોગી હોય છે તો જ ગર્ભને શુદ્ધ અને નિરોગી લોહીનું પોષણ મળી શકે છે. માટે માતાએ પોતાનું લોહી સ્વચ્છ અને નિરોગી રાખવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઇએ. લોહી સ્વચ્છ અને નિરોગી રાખવા માટે ગર્ભિણીએ સાદો અને શુદ્ધ પોષણકારક ખોરાક ખાવો જોઇએ. જે ખોરાકમાં અતિ તીખી, અતિ ખારી, અને અતિ ખાટી ચીજો આવે છે અને જે ખોરાક સાથે બહુ મિષ્ટાન્ન, નહિ પચે એવી ભારે ચીજો, બહુ વાયડી ચીજો, અને લોહીને ઉકાળે એવા ઉત્તેજક તેજાના તથા મશાલા ખા-

વામાં આવે, તે ખેારાકથી લેાહી બગડયા વિના રહે જ નહિ. આવે। ખેારાક લેાહીને બગાડે છે, અને તેથી નાજુક એવા ગર્ભનું લેાહી પણ જરૂર બગડે છે.

ગર્ભિણીએ નવ માસ સુધી ખુશી આનંદમાં રહેવું જોઇએ, અને તે ખુશી આનંદમાં રહે એવી રીતે ઘરનાં માણસેાએ તેની સાથે સારૂં વર્ત્તન રાખવું જોઇએ. ક્રોધથી લેાહી તપે છે તથા બગડે છે અને આનંદથી લેાહી સ્વચ્છ રહે છે. ખરાબ સ્વભાવ અને નઠારા વિચારેા લેાહીને બગાડે છે, એટલુંજ નહિ પણ શરીરમાં જુદાં જુદાં વિષ ઉત્પન્ન કરે છે. સગર્ભાવસ્થામાં માતાને। મિજાજ બગડવાથી અને ગુસ્સામાં રહેવાથી જ ચીડીઆ સ્વભાવનાં, ક્રોધી અને ક્રૂર છેાકરાંઓ પેદા થાય છે, એ વાત માતાએ ખાસ લક્ષમાં રાખવી જોઇએ. માતાને। જ સ્વભાવ તેના ભાવી બાળકને સારા સ્વભાવને। અને નશીબવાન્ બનાવે છે ને માતાને। જ સ્વભાવ તેના ભાવી બાળકને ખરાબ સ્વભાવને। અને કમનશીબવાન્ બનાવે છે.

ખુલ્લી તથા સ્વચ્છ હવા લેાહીને સુધારવાનું મુખ્ય સાધન છે, અને ગર્ભવાળી સ્ત્રીને ખુલ્લી હવાની વિશેષ જરૂર છે; તેના પેાતાના માટે તથા પેાતાના ગર્ભના બાળક માટે પણ ચેાખ્ખી હવાની જરૂર છે. ગર્ભિણી સ્ત્રીએ ઘરમાં ગેાંધાઇ નહિ રહેવું જોઇએ. શ્વાસેાશ્વાસની ક્રિયામાં હવાની આવજા થાય છે. ગર્ભવાળી સ્ત્રીને વધુ શ્વાસેાશ્વાસની જરૂર છે, કેમકે તેનાં શરીરમાં જે બીજો જીવ છે તેને પણ શ્વાસેાશ્વાસની જરૂર છે અને તે શ્વાસેાશ્વાસ તેની માતા પુરેા પાડે છે. જો માતાને ખુલ્લી હવા ન મળતી હેાય તેા તે પેાતાના ગર્ભના બાળકને જોઇતા પુરા શ્વાસેાશ્વાસ પુરા પાડી શકે નહિ, અને માતા તથા ગર્ભ બન્નેને તાજું લેાહી મળી શકે નહિ. વળી શ્વાસેાશ્વાસ ખુલ્લી રીતે લેવાય તેને માટે જેમ ખુલ્લી હવામાં ફરવાની જરૂર છે, તેમ કપડાં પણ ખુલ્લાં પહેરવાની જરૂર છે. તંગ કપડાં સ્ત્રીની કમરને તેમજ છાતીને ભીડે છે, સદ્‌ભાગ્યે આપણા દેશમાં સ્ત્રીઓ યુરેાપીયન સ્ત્રીઓની

પેઠે કમરે કમરપટા બાંધતાં શીખી નથી પણ શરીર ઉપર ઘણાં અને ભારે કપડાં વીંટવાનો ચાલ વધ્યો છે, અને તેથી છુટથી શ્વાસ લેવામાં અડચણ પડે છે માટે ગર્ભવાળી સ્ત્રીએ હલકાં અને ઢીલાં કપડાં પહેરવાં જોઇએ.

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ ખુલ્લી હવામાં રહેવું તથા બને તો ખુલ્લી હવામાં ફરવું, એટલુંજ નહિ પણ ચોક્કસ સમય સુધી ઘરના ખુલ્લા ઓરડામાં કે બહાર એકાંતમાં ખુલ્લી હવામાં બેસીને શ્વાસોશ્વાસ માટે ચોક્કસ ક્રિયા કરવી. આ ચોક્કસ પ્રકારની ક્રિયા પ્રાણાયામને મળતી છે. પ્રાણાયામથી ફેફસાં સાફ થઇને શરીરનું લોહી સુધરે છે, એ વાતનો હવે સર્વત્ર સ્વીકાર થવા લાગ્યો છે. પ્રાણાયામથી એટલે શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયાથી જીવન શક્તિ વધે છે અને ઘણાં દરદો પણ મટી જાય છે. શ્વાસોશ્વાસથી શુદ્ધ હવા લેવાનો સાદામાં સાદો વિધિ એ છે કે, ખુલ્લી તથા તાજી હવામાં જઇને ટટાર બેસીને કે ઉભા રહીને એક નસકોરાને દબાવીને બીજા નસકોરા વતી શ્વાસ ચડાવવો અને શક્તિ પ્રમાણે ફેફસાંમાં હવા ભરવી, એકાદ મીનીટ તે અંદર લીધેલ હવાને દમ ભીડીને પુરી રાખવી. પછી તે નસકોરૂં આંગળી વતી બંધ કરીને બીજા નસકોરા વાટે તે હવા બહાર કાઢવી. એકવાર ડાબા નસકોરાથી હવા ચડાવવી અને જમણા નસકોરા વાટે બહાર કહાડવી અને બીજીવાર જમણા નસકોરાવતી હવા ચડાવવી ;અને ડાબા નસકોરાવાટે બહાર કાઢવી. આવી રીતે બે ત્રણવાર કરવાથી ફેફસાંમાંનું લોહી સ્વચ્છ થાય છે અને એ સ્વચ્છ લોહી ગર્ભના બાળકને પણ મળી શકે છે. સવાર સાંજ બેવાર અથવા જ્યારે શરીરમાં સુસ્તી હોય અને મન પણ થાકી ગયું હોય ત્યારે પ્રાણાયામ કરવાથી અથવા શ્વાસોશ્વાસની ઉપલી ક્રિયા કરવાથી શરીર તથા મન તાજું બને છે, કેમકે તેથી લોહીમાંનું ખરાબ ઝેર શ્વાસોશ્વાસદ્વારા બહાર નીકળી જાય છે અને બહારની તાજી હવા મળવાથી લોહી વધારે સ્વચ્છ અને વધારે ફરતું થાય છે. આ ક્રિયા ખાલી પેટે વધારે સારી રીતે થઇ શકે છે, અને તે વખતે કપડાં પણ સ્વચ્છ તથા ઢીલાં પહેરેલાં હોવાં જોઇએ.

ગર્ભવાળી સ્ત્રીએ આ બધી તજવીજ પોતાના રક્ષણુ માટે જ નહિ પણ પોતાના ગર્ભના રક્ષણુ માટે પણુ કરવાની છે. અને તેથી તેણે એ ક્રિયા વખતે મનમાં સંકલ્પો પણુ એવા કરવા કે આથી મારૂં બાળક વધારે નિરોગી અને વધારે સુંદર થશે. મનનું સંકલ્પ બળ કેટલી બધી અસર કરે છે તે હવે પછીના એક પ્રકરણમાં દાખલા દલીલોથી બતાવવામાં આવશે. ગર્ભિણી સ્ત્રીએ પોતાના ગર્ભમાં સુંદરતાનાં અને નિરોગીપણાનાં તત્વો વધારવા માટે સાદું ખાનપાન, શુદ્ધ હવા, શ્વાસોશ્વાસ, આનંદ, વગેરે નિત્ય વર્તન સંબંધી ઉપર બતાવેલા નિયમો પ્રમાણે ચાલવા ઉપરાંત ગર્ભિણીએ પોતાના ગર્ભ ઉપર સારી અસર ઉતારવા માટે પોતાના વિચારોને બીજી વાતોમાંથી ખેંચી લઇને પોતાના ઉદરની અંદરના બાળક ઉપર એકત્ર કરવા અને ત્યાંજ ચોટાડવા. બહેનો! તમે ગર્ભની સ્થિતિમાં આવો કદિ વિચાર કર્યો છે? તમારા ગર્ભસ્થાનની અંદરના બાળકને સુંદર અને નિરોગી બનાવવા સંબંધી તમે કદિ વિચાર કરી જોયો છે? કોઇ સમય એકાંતમાં બેસીને તમારા ઉદરની અંદરના બાળક તરફ તમે દૃષ્ટિ કરી છે? તમે રોજ થોડીવાર સુંદર, સુઘડ અને ખુલ્લી હવાવાળા ઓરડાનાં એકાંતમાં બેસીને તમારા ચિત્તને એકત્ર કરો, પ્રાણાયામથી કે શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયાથી તમારા શરીરને તથા મનને શાંત બનાવો અને તમારૂં ચિત્ત તમારા આત્મામાં પરોવો અને ત્યાંથી એકાગ્ર થયેલા તમારા મનને સ્થિર કરો. તમારા ખોળામાં ધાવતા બાળકને બચીઓ લઇને તેને પ્યારથી બોલાવો છો, તેના તરફ ટીકીટીકીને જોઇ હર્ષઘેલાં બનો છો, અને તેને ઉમળકાથી ધવરાવો છે. એ જ બાળક ગર્ભમાં હોય છે તે વખતે પણ એવા જ પ્યારથી તમારી અંતર દૃષ્ટિવડે તેને જુવો; તે ત્યાં તમારા જ શરીરના પોષણથી ઉછરે છે એવી પક્કી સમજથી તમે તેને ઉત્તમ પોષણ આપવાનો ઉમળકો રાખો અને તમે તેને કદિ તમારી આંખથી નથી દેખતાં પણ અંતઃકરણથી જુવો છો ને જાણો છો કે તમારી કુખની અંદર એક પાણીથી ભરેલી થેલીમાં તમારૂં બાળક ઉછરે છે, માટે તેના તરફ તમે ટીકીટીકીને જોયા કરો. આવી

રીતે ખેાળામાં રમતા બાળકની પેઠે ગર્ભમાંના બાળક તરફ તમારા વિચારેાનું સર્વ બળ સ્થાપેા અને પછી જુવેા કે તમારૂં બાળક કેવું સુંદર અને નિરેાગી પેદા થાય છે!

વળી એ બાળક તરફ તમારા અંતઃકરણની દૃષ્ટિ રાખીને તમારી બહારની દૃષ્ટિ આગળ એક ઉત્તમ સ્વરૂપવાન અને નિરેાગી બાળકના ચિત્રને લાવી રાખી મુકેા. તમારા નિત્યના સુવા બેસવાના ખંડમાં એ ચિત્રને ટાંગી રાખેા. તે ચિત્રના બાળકનેા સુંદર ચહેરેા, તેની કાળી આંખ, તેના ગુલાબી ગાલ, તેના સુંદર વાળ, અને પગથી માથા સુધી આખા શરીરની સુંદર આકૃતિ તમેા નિત્ય ધ્યાનથી નિહાળ્યા કરેા, અને તેની સાથે એ આખી આકૃતિને તમારા અંતઃકરણમાં ઉતારીને તમારા ગર્ભની અંદરના બાળક તરફ લઇ જાઓ, અને આ આકૃતિના સુંદર બાળક જેવું તમારૂં બાળક બને એવેા દૃઢ સંકલ્પ કરેા. એ ચિત્રના બાળકના એક એક અવયવને તમારા અંતઃકરણ મારફત તમારા ગર્ભના બાળકમાં ઉતારેા. તમેા નિત્ય આ ચિત્રના સુંદર બાળકના દરેક અંગની અને દરેક અવયવની તમારા અંતઃકરણમાં છબી ઉતારી લેા, અને પછી જેવી રીતે લાંબા અભ્યાસથી આંખેા બંધ કરીને એક માણસના આખા શરીરનું આબેહુબ ચિત્ર પેાતાની નજર આગળ ખડું કરીને જોઈ શકીએ છીએ, એવી રીતે વારંવાર પેલા ચિત્રના સુંદર બાળકનેા તમારા અંતઃકરણમાં ફેાટેા લઇ લીધા પછી તમારા ગર્ભમાંનેા બાળક પણ એવેાજ સુંદર અને સર્વાંગ નિરેાગી થશે, એવેા દૃઢ સંકલ્પ કરેા. ગર્ભ રહ્યા પછી જો આવી રીતે તમેા પ્રયાસ કરેા તેા તમેા ઇચ્છેા એવું સુંદર અને સુદૃઢ બાળક ગર્ભમાં બનાવી શકેા, એમાં જરા પણ અતિશયેાક્તિ સમજશેા નહિ.

ગર્ભ રહ્યા પછી જેમ જેમ ગર્ભના શરીરની રચના થાય તેમ તેમ તમેા તેના તરફ અંતઃકરણની દૃષ્ટિ ચેાંટાડેા. બીજા માસમાં એ ગર્ભના બાળકનાં અંગ રચવા માંડે છે, માટે તે વખતે તમેાએ તમારા

બાળકનાં સર્વ અંગો પેલા ચિત્રના બાળકના અંગો જેવાં થાય અથવા તમારી જેવી ઈચ્છા હોય એવાં થાય, એવો સંકલ્પ કર્યા કરો. આ માસમાં આંખ, મોં, નાક, હાથ, પગ, વગેરે અવયવો સંબંધી જેટલી ઉત્તમ કલ્પના થાય એટલી કરો, જેથી એ કલ્પનાના પ્રભાવથી તમારા ગર્ભનું બાળક બરાબર એવું જ સુંદર અવયવોવાળું બનશે. ત્રીજા માસમાં આંખ, મોં, નાક, વગેરે અવયવોના બારીક ભાગ રચાય છે, માટે તે વિષે પણ તમો જેવા અવયવોની કલ્પના કરશો, એવા અવયવો ગર્ભના બાળકમાં પણ રચાવા લાગશે. નરજાતિ તથા નારીજાતિ દર્શક અવયવો પણ આ સમય ઉપર રચાય છે, માટે તે વિષે પણ ઇચ્છા પ્રમાણે કલ્પના કર્યા કરવી. ચોથે મહિને સ્નાયુઓ રચાય છે અને હાલચાલની શરૂવાત થાય છે, માટે આ માંસરજ્જુઓ ભરાવદાર તથા જોરાવર થાય, એવા પોતાના મનમાં સંકલ્પો આ માસમાં કરવા. જોરાવર અને કદાવર બચ્ચું ઉત્પન્ન કરવા માટે જોરાવર અને કદાવર માણસના મનમાં સંકલ્પો કરવા કે આ માણસના જેવું મારૂં બાળક થાય, અને એ સંકલ્પબળ બરાબર મજબૂત હશે તો જરૂર તમારૂં બાળક એવું જોરાવર થશે. છટ્ઠા માસમાં બાળકની ચામડી રંગ લે છે, માટે માતાએ સુંદર ચામડીનો સંકલ્પ કર્યા કરવો. આવી રીતે સુંદર અને ગૌરવર્ણનાં બાળકની કલ્પનાથી અને એવાં બાળકનું ચિત્ર દૃષ્ટિ પાસે રાખી નિત્ય અવલોકન કરવાથી કાળાં માબાપોને પણ ગોરૂં અને સુંદર બાળક પેદા થશે. સાતમા, આઠમા અને નવમા માસમાં બાળકનું મગજ બંધાય છે, માટે આ મુદ્દતમાં પોતાના માનસિક બંધારણ માટે ઉત્તમ બુદ્ધિશાળી મનુષ્યોનાં ચરિત્રો વારંવાર વાંચવાં, યાદ કરવાં, અને અંતઃકરણમાં ઉતારવાં અને પોતાનું બાળક એવું જ ઉત્તમ બુદ્ધિનું થાય એવા સંકલ્પો કર્યા કરવા, જે વિષે હવે પછીના એક પ્રકરણમાં વિસ્તારથી વિવેચન કરવામાં આવેલ છે.

પ્રકરણ ૩૦ મું.

સીમંત અથવા અધરણીનો સંસ્કાર.

धाता ददातु आशुषे प्राचीं जीवातु मक्षितिम् ।
वयं देवस्य धीमहि सुमतिं सत्यधर्मणः ॥

"ધાતા નામના દેવ યજમાનને ખોડખાપણ વિનાનો સદ્બુદ્ધિવાળો પુત્ર આપો. તે ભવિષ્યમાં નિરંતર જીવતો રહે તે માટે સત્ય ધર્મવાળા શ્રી પરમેશ્વરનું અમે ધ્યાન કરીએ છીએ."

પાછલા પ્રકરણમાં જણાવ્યા પ્રમાણે ગર્ભસ્થાનમાંના ગર્ભમાં ઉત્તમ સંસ્કારો નાખવા માટે હિંદુ લોકોમાં '**સીમંતોન્નયન**' નામનો સંસ્કાર કરવાનો રીવાજ છે. આ એક પ્રકારનો સ્ત્રીસંસ્કાર એટલે ક્ષેત્રસંસ્કાર છે. આ સંસ્કાર વિધિને લોકો **સીમંત** અથવા **અધરણી** એવા નામથી ઓળખે છે. આ વિધિમાં ચોક્કસ દ્રવ્યોને ગર્ભિણીના મસ્તકના વાળના સેંથા (સીમંત) સુધી ઉંચા લઇ જવામાં આવે છે તેથી તે વિધિનું નામ '**સીમંતોન્નયન**' અથવા સીમંત પડેલું જણાય છે. અધરણી એ '**અધહરણી**' શબ્દનો અપભ્રષ્ટ શબ્દ હોય એમ લાગે છે. 'અધહરણી' એટલે ગર્ભના પાપ (દોષો)ને હરનારી ક્રિયા. કચ્છ કાઠીયાવાડમાં સીમંતની ક્રિયાને 'અધરણી' નામથી ઓળખવામાં આવે છે; વળી તેને 'ખોળાભરણું' એવું નામ પણ આપવામાં આવે છે; અધરણીવાળી સ્ત્રીને 'ધેણુ' કહે છે, 'ધેણુ' એ 'ધન્ય' શબ્દનો અપભ્રંશ હશે. ગર્ભ રહેવો એ સ્ત્રીને માટે સુભાગ્યનો અને જન્મની સફળતાનો દિવસ છે, માટે તેને ધન્ય એટલે ધેણુ કહેવામાં આવે છે. રજપુતાણામાં તથા કાઠિયાવાડમાં ધેણુ શબ્દ વાપરવાનો વધુ ચાલ છે.

આ સીમંત અથવા અઘરણીની ક્રિયા સ્ત્રીને પ્રથમ ગર્ભ રહે ત્યારે એક જ વાર કરવાનું કહેલું છે. અને એક વાર સંસ્કાર કરેલી સ્ત્રી પછીના સર્વે ગર્ભ વખતે સંસ્કારવાળી ગણાય છે.[1] શાસ્ત્રકારોએ આવો અભિપ્રાય આપ્યો છે તેનો અર્થ એમ જણાય છે કે ગર્ભમાં ઉત્તમ સંસ્કારો નાખવા સંબંધી વિધિ એક વાર સમજવામાં આવ્યા અને એવા સંસ્કારથી ઉત્તમ બાળક ઉત્પન્ન થયા પછી તે સ્ત્રી તે પછીના દરેક ગર્ભધારણ વખતે એ સંસ્કારો પોતાના મનોબળથી નાખી શકે છે, જેથી શાસ્ત્રનો એ વિધિ દરેક ગર્ભ વખતે કરવાની જરૂર નથી. એક વાર આ સંસ્કારનો લાભ સમજાયા પછી ઉત્તમ બાળકની ઇચ્છાથી દરેક સ્ત્રી તેનો પતિ અને તેની આસપાસના સંબંધીઓ વિધિ વિના પણ સંસ્કારો નાખી શકે.

ઋગવેદી ગુજરાતી બ્રાહ્મણો આ સીમંતોન્નયન સંસ્કાર ગર્ભને સાતમે મહિને અને યજુર્વેદી તથા સામવેદી બ્રાહ્મણો છઠ્ઠે કે આઠમે મહિને કરે છે. પણ જેમ બીજા બધા શાસ્ત્રવિધિ લોપ પામ્યા છે તેમ આ સીમંતોન્નયન સંસ્કાર વિધિ પણ હવે લોપ પામ્યો છે, અને જે જે નાતોમાં અઘરણીની ક્રિયા થાય છે તે ક્રિયા માત્ર એક રૂઢી જેવી થાય છે. આ ક્રિયામાં મુખ્ય હેતુ ગર્ભમાં ઉત્તમ સંસ્કારો નાખવાનો છે, તે વાત કોઇ પણ સમજતું નથી. માત્ર ઘેણુને નવરાવી, સારાં વસ્ત્રાલંકાર પહેરાવી શણગારી તેને પીયરથી કે પીયર તરફના સગાને ઘેરથી ગાજતે વાજતે સાસરે લાવે છે. આ ક્રિયા વખતે કેટલીક નાતમાં ઘેણુના રસ્તા ઉપર કપડાં પાથરીને તે ઉપર તેને ચલાવીને લઇ જાય છે, અને કેટલીક નાતોમાં રથમાં બેસાડીને લઇ જાય છે. અને વરઘોડા જેવી સ્વારી કાઢીને ગાજતે વાજતે ગામમાં ફેરવીને સાસરે લઇ જાય છે. ગુજરાતમાં વિશેષ કરીને ઘેણુને રથમાં બેસાડવાનો ચાલ છે. પણ આ સંસ્કારવિધિના જે થોડા લીસોટા રહી ગયા છે તે ઉપરથી સ્પષ્ટ સમજાય છે કે સ્ત્રીને ગર્ભ

---

૧ सकृच्च संस्कृता नारी सर्वगर्भेषु संस्कृता–गंगाधरीः

રહ્યા પછી તેને ઘણા જ આનંદમાં રાખવી, તેને અત્યંત આદર-સત્કારથી રાખવી, અને તેને ચોક્કસ પ્રકારના ઘર કામકાજથી મુક્ત કરીને સુખચેનમાં રાખવી, તેના થોડા દાખલા આ અઘરણીના સંસ્કાર-વિધિ ઉપરથી નીચે પ્રમાણે માલમ પડી આવે છેઃ—

૧. કેટલીક નાતોમાં ગર્ભિણીને પંચમાસી રાખડી બાંધવાની ક્રિયા થાય છે, અને તે સાથે પાણી મૂકાવવાની ક્રિયા પણ થાય છે. આ ક્રિયાને દિવસે પ્રાતઃકાળમાં મંગળ દ્રવ્યો વડે પીઠી ચોળીને તેને મંગળસ્નાન કરાવે છે અને પછી નવાં કીમતી વસ્ત્રાભૂષણો પહેરાવે છે. સર્વ બૈરાંઓ એકત્ર થઈને આ રાખડીની ક્રિયા કરે છે. એક રૂપાની ઘડાવેલી રાખડી ગર્ભિણીની નણંદ પોતાની ગર્ભવતી ભોજાઈને હાથે બાંધે છે. આ દિવસે કેટલીક નાતમાં ગર્ભિણી પાસે પાણી ભરાવીને તે દિવસથી પાણી ભરવાનું કાર્ય છોડાવી દે છે. આ ક્રિયા સીમંત પહેલાં થોડા દિવસ અગાઉ કરવાનો ચાલ છે.

પછી અઘરણીનું શુભ મૂહુર્ત ઠરાવીને તે દિવસે શાસ્ત્રવિધિ પ્રમાણે ગર્ભવતીને પ્રાતઃકાળમાં મંગળદ્રવ્યોથી મંગળ સ્નાન કરાવવું. તેના પતિએ પણ તે દિવસે ગણપતિ પૂજન એટલે ઈશ્વરનું પૂજન કરવું, તથા માતૃકાસ્થાપન, આયુષ્ય જપ, મંડપસ્થાન, વૃદ્ધિશ્રાદ્ધ, સ્વસ્તિવાચન વગેરે ક્રિયાઓ કરીને સીમંતોન્નયન કર્મનો આરંભ કરવો; એમ શાસ્ત્રમાં ફરમાવેલું છે. તેના સંકલ્પમાં પતિ એમ બોલે છે કે “ આ મારી ગર્ભવતી સ્ત્રીના ગર્ભના લોહીનાં તરસ્યાં એવાં રાક્ષસી ટોળાંઓ (ઘણું કરીને ઘરની હવાનાં ખરાબ પરમાણુઓ—જંતુઓ હશે.) એમનો નાશ કરવા માટે અને તેનો ગર્ભ વધીને મહા સ્વરૂપવાન થાય તે માટે તથા બીજના તથા ગર્ભના દોષના નિવારણ માટે આ સ્ત્રીસંસ્કારરૂપ સીમંતોન્નયન સંસ્કાર શ્રી પરમેશ્વર પ્રીત્યર્થં હું કરૂં છું. પતિ આ સંકલ્પ કરે છે તે વખતે તેની અર્ધાંગના તેની બાજુમાં જ બેઠેલી હોય છે, કારણ કે હિંદુ ધર્મશાસ્ત્રમાં એવો એક પણ ધર્મ કર્મનો વિધિ નથી કે જે સ્ત્રી વિના થઈ શકે. દરેક

ધર્મક્રિયામાં સ્ત્રી તો પતિની જોડમાં જ હોવી જોઇએ, અને જે જે સંકલ્પ કરે, ક્રિયા કે વિધિ કરે, તે સર્વ તે બન્નેની તરફથી કરે છે. જે ઘરમાં સ્ત્રી ગર્ભવતી હોય તે ઘરની હવાની શુદ્ધિને માટે તથા તે સ્ત્રીમાં ગર્ભ સંબંધી ઉત્તમ ભાવો નાખવા માટે આ ક્રિયાઓ કરવામાં આવે છે, એમ આ એક સંકલ્પ ઉપરથી જ સિદ્ધ થાય છે.

આ સંકલ્પ પછી અગ્નિ સ્થાપન કરવામાં આવે છે. આ ક્રિયા વખતે ઉપર કહ્યા પ્રમાણે સુગંધી દ્રવ્યોવડે શરીરે લેપ (પીઠી) કરીને સુંદર ઘડાએ સ્ત્રીને નવરાવીને તથા ઉત્તમ વસ્ત્ર અને ઘણાં ઘરેણાં પહેરાવીને સ્ત્રીને અતિ હર્ષયુક્ત કરવામાં આવે છે. આ વખતે અગ્નિમાં ચોખાની જે આહુતીઓ આપવામાં આવે છે તેના મંત્રોમાં પણ ઉત્તમ પુત્રની તથા સુખરૂપ પ્રસવની જ પરમેશ્વર પાસે પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે. લંબાણના ભયથી અત્રે તેના મંત્રો આપવામાં આવ્યા નથી, પણ તે સર્વ મંત્રોનો સાર એ જ છે કે આ ગર્ભિણી સ્ત્રીના ઉદરમાં આયુષ્યમાન્, બળવાન્ તથા પુરૂષાર્થી સંતતિ થાઓ.

આ મંત્રો પછી ગર્ભવતી સ્ત્રીના ગળામાં દર્ભના કાંટા અને ઉંબરા (ગુલર)નાં સુશોભિત ફળોને એક દોરામાં પરોવીને તેને નાભિથી માથાના સેંથા સુધી ત્રણ વાર ફેરવીને ગર્ભિણીના ખોળામાં મુકવાં અને તેનો જ હાર ગર્ભિણીના ગળામાં પહેરાવવો. આ વખતે એમ બોલવું કે, હે સ્ત્રી ! આ બહુ તેજવાળું ઉંબરાનું વૃક્ષ છે તેના જેવી તું તેજવાળી થા અને આ સુંદર ઉંબરાનાં ફળો જેવાં ઉત્તમ સંતાનોવાળી તું ફળવતી થા. આધુનિક ડાકટરો કહે છે કે ઉત્તમ સંતતિ માટે ઘરમાં એકાદ સુંદર બાળકનું ચિત્ર કે છબી રાખવી ને તેનું રોજ ચિંતવન કર્યા કરવું. ત્યારે આપણું શાસ્ત્ર તો આગળ વધીને એમ કહે છે કે સ્ત્રીમાં એ સંકલ્પબળ વધારવા અને શુભ ચિંતવન મુકવા માટે તેના ગળામાં જ એવી અર્થસૂચક વસ્તુઓ ટાંગવી. વળી વૈદ્યકશાસ્ત્રના મત પ્રમાણે ઉંબરાનાં ફળ ગર્ભવૃદ્ધિને માટે ઉપયોગી છે. ગર્ભ વધતો ન હોય તો ઉંબરાનાં નાનાં ફળ દુધમાં ઉકાળીને ગર્ભિણીને પાવાનું વૈદકશાસ્ત્ર ફરમાવે છે.

પછી ગર્ભવતીના પતિએ વીણા સાથે ગાયન કરનાર ઉત્તમ ગવૈયાને બોલાવવો અને જે કોઇ શૂરવીર રાજા થઇ ગયેલ હોય તેનાં બહાદુરીનાં કૃત્યો સંબંધી સ્ત્રી પાસે ગાયન કરાવવું, એવું પણ આ શાસ્ત્રવિધિમાં ફરમાવ્યું છે. ગર્ભિણી આગળ જેવા પુરૂષોનું વર્ણન કરવામાં આવે એવા ગુણવાળો ગર્ભમાંનો પુત્ર થાય, એ વાતને આ સંસ્કાર વિધિથી મજબૂત ટેકો મળે છે.

વળી ગર્ભપાત ન થઇ જાય તેને માટે જુદી જુદી દેવીઓ (શક્તિઓ)ની પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે. રાકા નામની દેવીની પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે કે, હે દેવી ! આ સ્ત્રીમાં નાખેલ વીર્યને અવિચ્છિન્નપણે બાંધી લો, (બહાર પડી જવા નહિ દો) તથા ધનવાન્ કીર્તિવાન્ અને પરાક્રમી પુત્ર આપો. હે દેવી ! જે સદ્બુદ્ધિવડે તમો યજમાનને ધન આપો છો તેજ બુદ્ધિવડે પ્રસન્ન થઇને હજારોનું પાલન કરે એવો પુત્ર આપો. ઇત્યાદિ મંત્રોવડે જળને મંત્રીને તે પાણી ગર્ભિણીને પાવાની આજ્ઞા કરી છે. બીજી શાખાવાળાઓ કે બીજી જ્ઞાતિવાળાઓમાં વળી બીજો વિધિ ચાલતો હશે, તોપણ તે સર્વ વિધિનો હેતુ ગર્ભિણીને પ્રસન્ન રાખવાનો, અને તેનામા ઉત્તમ સંતાનના ભાવો ઉત્પન્ન કરવાનો છે.

આ સીમંતોન્નયન ક્રિયાને અંતે સ્ત્રી પાસે ઘીનું ઠામ મુકવામાં આવે છે અને તેમાં તે પોતાનું મોં જુવે છે તે વખત આચાર્ય તેને પૂછે છે કે, ' તું શું જુવે છે, ' ત્યારે પત્ની ઉત્તર આપે છે કે, 'મારા માટે ઉત્તમ સંતતિ, ગાયો વગેરે ઉત્તમ પશુઓ, સૌભાગ્ય, દીર્ઘાયુ, વગેરેની પ્રાપ્તિ સારૂ હું મારા પતિનું મોં જોઉં છું. ' હાલ સંસ્કાર વિધિનો લોપ થયો છે અને ક્યાંઇ આવા વિધિ થતા હશે તોપણ અન્ય સર્વ કર્મવિધિમાં જેમ પતિપત્ની તરફથી આચાર્ય એટલે ગોર મહારાજ બધું બોલી જાય છે, તેમ અહીં પણ આ બધું આચાર્ય બોલી જાય છે. આ સર્વ સંસ્કાર વિધિ પતિપત્નીએ સમજપૂર્વક કરવાનો છે, અને તેથીજ તેનું ફળ છે.

આ ક્રિયા થઇ રહ્યા પછી રાંધેલ ચોખા બીજા વાસણમાં કાઢીને તેનું ગર્ભિણી પ્રાશન કરે છે–ખાય છે. આ વખતે આચાર્ય અને બ્રાહ્મણો તેને આશિર્વાદ આપે છે કે,

वीरसूस्त्वं भव, जीवसूस्त्वं भव, जीवपत्नी भव.

"તું વીરને જણનારી થા, તું જીવને જણનારી થા, તું જીવપત્ની થા."

સીમંત વખતે વીણા ગાન કરનારે નળ, યુધિષ્ટર, રામ, વગેરે પ્રસિદ્ધ રાજાઓનાં વખાણનાં ગાયન કરવાનું લખેલું છે. હાલમાં સ્ત્રીઓ આ ગાયનને બદલે શ્રીકૃષ્ણ, બળદેવજી, પ્રદ્યુમ્ન વગેરેનાં ગીત ગાય છે. વળી કેટલીક નાતમાં સીમંતના મૂહૂર્તના દિવસ પહેલાં ચાર છ દિવસ સુધી રાત્રે સાંજી દેવાનો ચાલ છે; તે વખતે ગર્ભિણીને વચમાં બેસાડીને સ્ત્રીઓ ગીત ગાય છે તથા તેના માથામાં તેલ નાખે છે. આવી રીતે ગર્ભિણીને આનંદમાં રાખવાનો મૂળ હેતુ વીસરી જવાયાને લીધે હાલમાં સાંજી વખતે ગાણાં ગાવા આવેલી સ્ત્રીઓ પોતે પોતાના માથામાં તેલ નાખે છે. પણ મૂળ હેતુ એવો હોવો જોઇએ કે બધી સ્ત્રીઓએ મળીને હર્ષનાં ગીતો ગાતાં ગાતાં ગર્ભિણીના માથામાં સુગંધી તેલ નાખવું.

સીમંતોન્નયન સંસ્કારનો આ શાસ્ત્રવિધિ એવું સ્પષ્ટ રીતે સિદ્ધ કરે છે કે, ગર્ભિણી સ્ત્રીને સંપૂર્ણ હર્ષમાં રાખવી, તેના અંતઃકરણમાં ઉત્તમ ગર્ભ સંબંધી ભાવો ઉત્પન્ન કરવા અને તે કાર્ય માટે શ્રી પરમેશ્વરની અને તેની અનેક શક્તિઓની પ્રાર્થના કરવી, એથી ઉત્તમ સંતાન ઉત્પન્ન થાય છે. એ વાત પૂર્વના આર્યો સમજતા હતા, અને તેથી અગાઉના પ્રકરણોમાં કહ્યા પ્રમાણે, માત્ર વૈદક આચાર્યો જ નહિ પણ ધર્મના આચાર્યો પણ સીમંતોન્નયન સંસ્કાર સંબંધી આવો વિધિ કરવાનું ફરમાવી ગયા છે. આ સિવાય ગર્ભની વૃદ્ધિ થયા પછી ગર્ભિણીએ કેમ વર્ત્તવું તેને માટે ધર્મશાસ્ત્રમાં કેટલીક ઉપયોગી આજ્ઞાઓ કરેલી છેઃ—જેમકે ગર્ભિણીએ હાથી, ઘોડા, વગેરે ઉંચા વાહન ઉપર ચડવું નહિ, એકી વારે ઘણું ચાલવું નહિ, બહુ ઉતાવળું

ચાલવું નહિ, પાણીમાં ડુબકી મારવી નહિ, ગાડીમાં બેસવું નહિ, ઉજડ ઘરમાં કે વૃક્ષોનાં મૂળ પાસે વસવું નહિ, ઘણો ભાર ઉચકવો નહિ, કોઈની સાથે કજીઓ કરવો નહિ, બહુ ઉનું, વાસી, ખાટું તથા ભારે ભોજન કરવું નહિ, દંડ પીલવાની, તથા કુટવાની ઇત્યાદિ હાથની હાનિકારક ક્રિયાઓ કરવી નહિ, સગાં સંબંધીના મૃત્યુનો શોક કરવો નહિ, આંસુ પાડવાં નહિ, અગ્નિ પાસે કે ભોંય ઉપર સુવું નહિ, મરણુ વગેરેની શોકકારક વાતો કરવી નહિ કે સાંભળવી નહિ, અતિ હસવું નહિ, અતિ ઉદ્વેગ–ચિંતા કરવી નહિ. અતિ કઠણુ જમીન ઉપર કે કઠણુ આસન ઉપર બેસવું નહિ. સારા મંત્રો એટલે સારી સારી વાતો લખવા બોલવાનો અભ્યાસ રાખવો, સુગંધી પુષ્પો અને અત્તરો સુંઘવાં, અને ચંદનનો શરીરે લેપ કરીને સ્વચ્છ ઘરમાં વસવું. સાસુ સસરાની સેવા કરવી. આ બધી ક્રિયા ગર્ભના રક્ષણુ માટે કરવી.

આ ધર્મશાસ્ત્રના ગ્રંથોમાં ગર્ભિણીના પતિના માટે એવી આજ્ઞા કરવામાં આવી છે કે તેના પતિએ પોતાની ગર્ભિણી સ્ત્રીને ઇચ્છા પ્રમાણે ખાવાના પદાર્થો લાવી આપવા. ગર્ભિણીની ઇચ્છા પ્રમાણે જુદા જુદા પદાર્થો આપવાથી ગર્ભ સારી રીતે વધે છે, સુખથી પ્રસવ થાય છે, અને ગર્ભ દીર્ઘ આયુષ્યવાળો થાય છે એમ કહેવાય છે. પતિએ સમુદ્રસ્નાન કરવું નહિ, ઝાડ કાપવું નહિ, પરદેશ જવું નહિ, સ્ત્રીગમન કરવું નહિ, અને કોઇના મરણુ પાછળ સ્મશાન જવું નહિ. ગર્ભના સાત માસ પછી ઉપર પ્રમાણે વર્ત્તવા પતિને ફરમાવેલું છે. પ્રસવ કાળના સમય ઉપર ગર્ભિણીને હર્ષમાં રાખવાથી જલદી અને સુખથી પ્રસવ થાય છે.

કોઈ વાંચનારના મનમાં એવો વિચાર આવે કે, ઇચ્છા પ્રમાણે સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાનો આ વિચાર તો નવો છે, અને હાલના ડાક્ટરોએ જ એ વિચાર ઉપજાવી કાઢ્યો છે. આ શંકાના ખુલાસા માટે આ ‘ સીમંતોન્નયન ’ સંસ્કાર વિધિનો સાર આ પ્રકરણમાં આપવામાં આવ્યો છે. એ સંસ્કાર વિધિ અગાઉ સહેતુક તથા યથાવિધિ થતો

હતો, પણ ઘણા સમય થયાં તેનો ઘણે અંશે લોપ થયો છે, અને હાલ મોટે ભાગે રૂઢી રહી છે, અને તેમાં પણ ભોજન કરાવવાની વાત મુખ્ય રહી છે. બ્રાહ્મણોની પડતીના સમયમાં તેમણે ધર્મશાસ્ત્રની આજ્ઞાઓના ખરા હેતુઓને છોડી દીધા લાગે છે અને બ્રહ્મભોજન કરવા કરાવવાની રૂઢીને વળગી રહ્યા લાગે છે. આ સીમંતોન્નયન અથવા અઘરણીના શાસ્ત્ર વિધિનો આખો સાર તપાસી જોશો તો તેમાંથી મુખ્ય એ જ વાત નીકળે છે કે ગર્ભિણીને હરેક રીતે પ્રસન્ન રાખવી તથા મંત્રો અને પ્રાર્થના વડે ગર્ભિણીના અંતઃકરણમાં ગર્ભની અગત્ય અને તેના ઉત્તમ ભાવો ઠસાવવા. અઘરણીને દિવસે ઘેણુને પુષ્કળ ઘરેણાથી શણગારીને જમીન ઉપર પાથરણાં પાથરીને તેના ઉપર ધીમે ધીમે ચલાવીને, અથવા રથ જેવા સુખાસનમાં બેસાડીને લઇ જવી, એ ક્રિયા શું બતાવે છે? શું એ ક્રિયા ખાલી ફારસ જેવી છે? અલબત, જે લોકો આ સર્વ ક્રિયાનો ભાવ સમજી શકતા નથી તેઓ તો ફાર્સ જ કરે છે; પણ જેઓ આ ક્રિયાનો ઉત્તમ ભાવ અને તેનું રહસ્ય સમજી શકે છે તેઓ આ ક્રિયાથી એમ બતાવે છે કે ગર્ભિણી સ્ત્રી એ મોટા રક્ષણને તથા આદરસત્કારને પાત્ર સ્ત્રી છે; કેમકે તે સમાજમાં એક ઉત્તમ સંતાનનો વધારો કરનારી છે, અને તેથી જ તેને ઘેણ એટલે ધન્યા કહેવામાં આવે છે!

મિત્રો! અઘરણીના વરઘોડા કાઢો છો, ઘરેણાં માગી લાવીને ગર્ભિણીને શણગારો છો, અને સગાંવહાલાં અને નાતોની જમણવારોનાં ખર્ચો કરો છો! એ બધું તો ઠીક છે! આ બધા વેશો તમો ગર્ભિણીને માટે કે ગર્ભના સંસ્કાર માટે કરતા નથી, પણ તમારી પોતાની શોભા વધારવા માટે, કે આબરૂ વધારવા માટે કરો છો. સૌ કરે છે માટે નહી કરીએ તો ખોટું દેખાશે અથવા આબરૂ જશે, તે માટે તમે આ બધું કરો છો! પણ આ પ્રકરણના અઘરણીના શાસ્ત્રવિધિથી તમારી ખાત્રી થઇ હશે કે સગાસંબંધીઓમાં કે નાત જાતમાં તમારો પનો વધારવા માટે નહિ પણ તમારા કુટુંબની ઘેણો

(ધન્ય સ્ત્રીઓ) કે જેઓ સંતાનો રૂપી ઉત્તમ ફળો આપવાને તૈયાર થયેલ છે તેને સર્વે રીતે આનંદી, સુખી, અને ગર્ભ તરફ ઉત્તમ ભાવ વાળી કરવા માટે આ સંસ્કારવિધિ કરવાનો છે. તમો તે શાસ્ત્રવિધિ પ્રમાણે કરો કે સુધરેલી વિધિ પ્રમાણે કરો, તે સંબંધી તકરાર નથી, પણ તે સર્વે વિધિ કંઈ ચોક્કસ ઉદ્દેશથી, નિયમોથી અને અંતઃકરણના ભાવથી કરો તો જ તેનું ખરૂં ફળ છે, અને નહિ તો તમારા દ્રવ્યનો ફોગટ વ્યય કરો છો, એમ કહ્યા વિના ચાલતું નથી. ગર્ભિણીને નવ માસ સુધી સર્વે રીતે સંતુષ્ટ અને આનંદી રાખવી, તેને સુંદર વસ્ત્રાલંકારવાળી રાખવી, સારા સુશોભિત ઘરમાં રાખવી, તેણીની આસપાસ સુંદર મનહર દેખાવો, સુંદર વાતો, ઉત્તમ વિચારો અને અંતઃકરણના ઉત્તમ ભાવો, એ સર્વે વાતોની જરૂર છે. તમારાં કુટુંબોમાં ગર્ભિણી સ્ત્રીઓ પ્રત્યે આવું શ્રેષ્ઠ વર્ત્તન રાખવામાં આવે છે? સ્ત્રીઓ પ્રત્યે તમારૂં વર્ત્તન જોઇએ એવું નથી, તો ગર્ભિણી પ્રત્યે ન હોય એમાં કાંઇ આશ્ચર્ય નથી !

પ્રકરણ ૩૧ મું.

ગર્ભિણીએ પાળવાના નિયમો.

वातलश्च भवेद् गर्भः कुब्जांधजडवामनः ।
पित्तलैः खलतिः पिंगः श्वित्रीपांडुः कफात्मभिः ॥-वाग्भट्ट.

વાતુલ પદાર્થો ખાવાથી ગર્ભ કુબ્જ એટલે ખુંધો, આંધળો, જડ કે ઠીંગણો થાય છેઃ પિત્તકારક પદાર્થો ખાવાથી માથામાં ટાલ પડેલો તથા પીંગળો થાય છે અને કફકારક પદાર્થો ખાવાથી કોઢીઓ અને પાંડુરોગી થાય છે.

વાગ્ભટ્ટ કહે છે કે ગર્ભિણી જેવો આહાર કરે છે એવા ગુણનો

ગર્ભ બને છે, કેમકે ગર્ભિણી માતા પાસેથી મળનારા પોષક રસમાંથી ગર્ભનું શરીર, સ્વભાવ, બુદ્ધિ, તથા વર્ત્તન તૈયાર થાય છે. માટે ગર્ભવતીએ ગર્ભના નવ માસ સુધી આહાર તેમજ વિહારમાં ચોક્કસ નિયમોથી વર્ત્તવું જોઇએ. એ નિયમો નીચે પ્રમાણે છેઃ—

૧. ગર્ભિણી સ્ત્રીએ ખોરાક સાદો અને સારો ખાવો. સાદા ખોરાકમાં તાજાં ફળ, તાજી શાકભાજી, દ્રાક્ષ, નારંગી, વગેરે તાજો લીલો મેવો, અંજીર, આલુ, વગેરે સુકો મેવો, થુલાં સાથેની જાડા લોટની રોટલી, જાર બાજરીનો રોટલો, મગની તથા તુવેરની દાળ, તાજું દુધ, ઘી, તાજી છાશ, સાદો મશાલો વગેરે.

૨. પચવામાં ભારે અને જડ પદાર્થો નહિ ખાવા. મિષ્ટાન—લાડુ, શીરો, લાપશી નહિ ખાવાં; મેંદાની કે ઝીણા લોટની રોટલી નહિ ખાવી; મદ્ય, માંસ, ચા, કૉફી, જલદ મશાલા, અતિ તીખા, અતિ ઉષ્ણ એટલે ગરમાગરમ રોટલી, ગરમાગરમ કઢી, ગરમાગરમ ભજીયાં વગેરે, અતિ ક્ષારવાળા, અને અતિ ખાટા પદાર્થો નહિ ખાવા; અતિ ઠંડા કે અતિ પિત્તકારક પદાર્થો પણ નહિ ખાવા; અતિ વાયડા પદાર્થો કે અતિ કફકારક પદાર્થો પણ નહિ ખાવા; દસ્તનો કબજો કરવાવાળા બહુ આટાવાળા પદાર્થો પણ નહિ ખાવા; વધારે કસવાળા ઘીમાં કે તેલમાં તળેલા પદાર્થો વધુ ખાવાથી શરીરનાં હાડકાં વહેલાં કઠણ બનીને પ્રસવ વખતે અડચણ કરે છે. માટે આ સર્વ પદાર્થો છોડીને સાદો ખોરાક ખાવો. નવમા માસમાં ગર્ભિણીને દુધ ચોખા તથા ઘીનો ખોરાક વિશેષ કરીને આપવો.

૩. ગર્ભિણી સ્ત્રીએ વારંવાર ખા ખા કરવું નહિ. ઘણા લોકોની એવી સમજણ છે કે ગર્ભિણી સ્ત્રીને બીજી સ્ત્રીઓ કરતાં બમણા ખોરાકની જરૂર છે. આ સમજણ ખોટી છે. નિરોગી તથા શરીરે શક્તિવાળી સ્ત્રીને પહેલા ચાર માસ સુધી તો હમેશ કરતાં વધારે ખોરાકની મુદ્દલ જરૂર નથી; એટલુંજ નહિ પણ સ્ત્રીઓને જે આચર-કુચર ખાવાની ટેવ હોય છે, તે ખાવાની પહેલાં ચાર માસ સુધી

તો ગર્ભિણીને ઈચ્છા પણ થતી નથી. આરોગ્યના નિયમો પાળ-નારી સ્ત્રીને ભાતભાતનાં ભોજન ખાવાનો ભસ્કો થતો જ નથી. જે સ્ત્રીઓ રોગીલી હોય છે અને આચરકુચરનો કચરો ખાવાની ટેવથી ઇન્દ્રિયોને બગાડી દીધી હોય છે તેમને ગર્ભાવસ્થામાં ખાવાના ભસ્કા થાય છે.

૪. સ્વચ્છ પાણી તથા દુધ સિવાય બીજા પીવાના પદાર્થો છોડી દેવા. બહુ મશાલા તથા તીખા, ખારા અને ખાટા પદાર્થો ખા-વાથી બહુ પાણી પીવું પડે છે. પાણી બહુ પીવાથી પાચનશક્તિ મંદ પડીને કોઠો બગડે છે, અને એ સર્વ બીગાડની અસર ગર્ભની અંદર-ના બાળકને પણ લાગુ પડે છે.

૫. ગર્ભિણીને અગ્નિમાંધ રોગ થાય છે તો ગર્ભની અંદરના બાળકમાં પણ તે રોગનો સંચાર થાય છે. અગ્નિમાંધ રોગ માત્ર ભારે પદાર્થો ખાવાથી જ થાય છે, એમ નહિ સમજવું અયોગ્ય અને અતિ ખોરાક, બહુ અપવાસ, ઠાંસી ઠાંસીને ખાવું, અતિ ગરમ ખાનપાન ઉપર ખુબ હાથ મારવો, જડ પકવાન્નો, મસાલા, તેલવાળા પદાર્થો, અતી ઘીવાળા પદાર્થો, અતી ખાંડવાળા પદાર્થો, અતી ખાટા, તીખા તથા અતી ગરમ પદાર્થો મરજી માફક ઝોંસવાથી ગર્ભિણીનો અગ્નિ મંદ પડે છે. જેમ ક્ષય, કંઠમાળ વગેરે રોગો વારસામાં મળે છે તેમ અગ્નિમાંધ રોગ પણ મા પાસેથી બાળકને વારસામાં મળે છે. આ વાત ગર્ભિણી સ્ત્રીએ ખુબ ધ્યાનમાં રાખવી, અથવા ગર્ભિણીને તેની સારી રીતે સમજ પાડવી. સમજ્યા પછી તેઓ કદી પણ આવો અહિત કે મિથ્યા આહાર કરશે નહિ.

ગર્ભિણીને ખુલ્લી હવાની અવશ્ય જરૂર છે. ઉંઘના વખતમાં તો તેને સ્વચ્છ ખુલ્લી હવાની ખાસ જરૂર છે. આપણી અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ આ વાત મુદ્દલ સમજતી નથી. તેઓ રાત્રે બારી બારણાં ઉલટાં બંધ કરીને હવાને બંધ કરીને સુવે છે. શીયાળાની કડકડતી ટાઢમાં ઘણા લોકો ઓરડામાં સળગતી સગડી રાખીને અને બારી બારણાં બંધ કરીને

સુવે છે; તેથી ઉલટી વધારે હવા બગડે છે. ઠંડીને લીધે સગડી રાખવી પડે તેા તે રાખવી, પણ બારી બારણુંમાંથી ખુલ્લી હવા સુવાના ઓરડામાં આવે એવી ગેાઠવણ જરૂર રાખવી.

ગર્ભિણી સ્ત્રી જે ઓરડીમાં કે ઓરડામાં સૂતી હેાય તેમાં સૂર્યનેા પ્રકાશ કે કીરણેા આવવા દેવાં. તે બંધ કરવાં નહિ. તાપ બંધ કરવા માટે પડદા કદિ પણ બાંધવા નહિ. ઘણા શાણા સમજુ લેાકેા પણ દિવસે પેાતાના ઘરનાં બારી બારણાં બંધ કરીને તેને અંધાર ઓરડેા બનાવી દે છે, એ મૂર્ખાઇ છે. સૂર્યનેા પ્રકાશ, શુદ્ધ હવા અને ભીનાશ એ ત્રણની મદદથી જ વાવેલાં બીમાં અંકુર ફુટે છે અને તેમાંથી રેાપા થાય છે, અને તે રેાપા વધીને તેમાં તેજદાર પાન, પુષ્પ તથા રસદાર ફળેા આવે છે. એ જ ઝાડને જો અંધારી જગામાં વાવીએ તેા ઉગે અને વધે ખરૂં, પણ તેમાં જે પાન, ફુલ અને ફળ થાય તે નિસ્તેજ ગંધરહિત તથા રસરહિત થાય છે. મનુષ્યબીજની પણ અંધકારથી એવી જ સ્થિતિ થાય છે. સૃષ્ટિનાં સર્વ પ્રાણી પદાર્થોને સૂર્યના પ્રકાશ વિના તેજ, ગતિ કે શક્તિ મળતી નથી. ગર્ભાવસ્થામાં માતા ઇચ્છા પ્રમાણે સૂર્યપ્રકાશ તથા ખુલ્લી હવાનું સુખ લે તેા તેનું બાળક આનંદી, તેજસ્વી તથા નીરેાગી થાય છે. અંધારી કેાટડીમાં રહેનારી ગર્ભિણીનું બાળક કદરૂપ, કુબડું, ઢીલા હાડકાં વાળું, વાંકી કરેાડવાળું, નિસ્તેજ ચામડીવાળું અને રેાગી થાય છે, અને તેવું બાળક માબાપના દુઃખનું કારણ થાય છે, માટે પ્રકાશ તથા હવાની સર્વને જરૂર છે. પણ ગર્ભિણીને ખાસ કરીને તેની વિશેષ જરૂર છે.

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ નિત્ય ન્હાવું જોઇએ. ન્હાવામાં કદી પણ આળસ રાખવી નહિ. ન્હાવાનેા ઉતમ સમય પ્રાતઃકાળનેા છે. એક બે પ્રહર દિવસ ચડયા પહેલાં સર્વ અંગ ચેાળીને ન્હાવું, અને તે જેમ બને તેમ જલદી આટેાપી લેવું. શરીર કેારૂં કરીને બે હાથે આખું શરીર ચેાળવું અને સગવડ હેાય તેા થેાડી વાર સૂર્યના પ્રકાશમાં ઉભી રહીને જોસબંધ શ્વાસને અંદર લઇને પછી કપડાં પહેરી અરધી ઘડી બીછાના

ઉપર પડી રહી વિશ્રાંતિ લેવી.

ઉંઘ નિયમસર સારી રીતે લેવી. નિયમિત વખતે સુવું અને નિયમિત વખતે ઉઠવું. સુવાની ઓરડી સ્વચ્છ, મનહર, પ્રકાશ અને હવાના અવળજવળવાળી હોવી જોઇએ.

ગર્ભાવસ્થાના નવ માસમાંથી પહેલા ચાર માસ સુધી શારીર વ્યાપારો તરફ વિશેષ લક્ષ આપવું અને છેલ્લા પાંચ માસમાં શારીર વ્યાપાર તરફથી લક્ષ કમી કરીને માનસિક વ્યાપાર તરફ વિશેષ લક્ષ આપવું, કેમકે અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે પહેલા ચાર માસમાં બાળ-કનું શરીર રચાય છે અને ગર્ભાવસ્થાના છેલ્લા ત્રણ ચાર માસમાં શરીર સાથે તેનું મગજ પણ રચાય છે. આ છેલ્લા પાંચ માસમાંના પ્રથમના ચાર માસ સુધી ગર્ભિણીએ બની શકે તો ખુલ્લી હવામાં ફરવા જવું. થાક ન લાગે એટલું ફરવું. પ્રસવ થવાને ૧૫ દિવસ બાકી હોય ત્યાં સુધી ખુલ્લી હવામાં ફરવાનો અભ્યાસ રાખવાથી કાંઇ પણ પીડા થયા વિના સુખચેનથી પ્રસવ થઈ જાય છે.

ગર્ભાવસ્થાના નવ માસ સુધી બ્રહ્મચર્ય પાળવું, એટલે કદિ પણ સમાગમ કરવો નહિ. આ કુદરતિ નિયમ છે અને તે દરેક સ્ત્રીપુરૂષે અવશ્ય પાળવો જોઇએ. સુધરેલા લોકો સિવાય આ નિય-મનું કોઈ પણ ઉલ્લંઘન કરતું નથી. જંગલના જંગલી લોકો પણ આ નિયમનું ઉલ્લંઘન કરતા નથી. અગાઉ કહેલું છે અને ફરી પણ યાદ આપવાની જરૂર પડે છે કે પશુપક્ષીઓ પણ આ કુદરતી નિયમનું કદિ પણ ઉલ્લંઘન કરતાં નથી. આ ઉપરથી એમ કહેવું જોઇએ કે સ્ત્રી ગર્ભાધારણ કરે તે પછી તેનો સમાગમ કરનારા પુરૂષને પશુ કરતાં પણ નીચ ગણવો જોઇએ, એ ખુલ્લું જ છે. નીતિની દૃષ્ટિએ દારૂબાજ અને આવા સ્ત્રીલંપટ પુરૂષો વચ્ચે કાંઈ જ ફરક નથી. શુદ્ધ પવિત્ર અને સદાચારી સંતતિ થાય એવી ઇચ્છા હોય તો સ્ત્રીપુરૂષોએ આ અત્યાચારને છેક છોડી દેવો જોઇએ. ગર્ભ-સ્થાનમાં નવા આત્મા (ગર્ભના) ની તથા શરીરની રચના થતી

હોય એવા વખતમાં સ્ત્રીપુરૂષોએ આવા અમંગળ ભ્રષ્ટ કૃત્યથી પોતાના આત્માને મલિન તથા દૂષિત થવા દેવાથી તેનું પરિણામ તેમના ભાવી બાળક ઉપર થયા વિના રહે જ નહિ. માટે આ અવસ્થામાં સ્ત્રીપુરૂષોએ આ કાયદાસર વ્યભિચારનો ત્યાગ કરીને પરસ્પર ફક્ત શુદ્ધ પ્રેમથી, આનંદ મંગળથી, અને બ્રહ્મચર્યવ્રતના નિયમથી રહેવાનો દૃઢ નિશ્ચય કરવો.

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ ગર્ભ રહ્યા પછી ચાલતાં સુધી કદી પણ જુલાબ નહિ લેવો. અવશ્ય જરૂર પડે તો સારા વૈદની કે ડાકટરની સલાહથી હલકો જુલાબ લેવો. તેણે ગરમ વસાણાં, ગરમ ઉકાળા કે ગરમ દવાઓ કદિ પણ પીવા નહિ. જરૂર પડે તો વિદ્વાન વૈદ્યની સલાહ પ્રમાણે ખાનપાન અને ઔષધોપચારથી દરદની શાંતિ કરવી.

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ વાહન ઉપર સ્વારી કરવી નહિ, બહુ ચાલવું નહિ, દોડવું નહિ, અયોગ્ય રીતે શરીરને વાંકુ વાળવું નહિ, બહુ પરિશ્રમનું કામ કરવું નહિ, દિવસે સુવું નહિ અને રાત્રે જાગવું નહિ, કેમકે એ સર્વ ચેષ્ટાઓ ગર્ભના ઉપર માઠી અસર કરે છે અને ગર્ભસ્રાવ તથા ગર્ભપાત થઇ જાય છે અથવા ગર્ભસ્થાનમાં બાળકની સ્થિતિ અસ્વાભાવિક થઈ જાય છે.

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ ચિંતા, શોક, કે દિલગીરીમાંથી મુક્ત રહીને સદા આનંદમાં રહેવું; પરંતુ અતિશય હર્ષમાં પણ આવી જવું નહિ. આવા શોક અને અતિ હર્ષના બનાવો તેના પાસે નહિ બનવા દેવા. તેના પતિએ તેમજ તેના સંબંધીઓએ સંભાળ રાખવી.

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ ભયના સ્થાનમાં જવું નહિ, ભયંકર અકસ્માતો અને મનને ચોંકાવે એવા બનાવો બનતા હોય તેવા સ્થળમાં વસવું નહિ કે જવું નહિ, અથવા એવા બનાવની વાતો સાંભળવી કે વાંચવી નહિ; કેમકે મનને ચોંકાવનારી આ વાતોની અસર ગર્ભસ્થાનના બાળક ઉપર થયા વિના રહેતી જ નથી અને તેથી ગર્ભનું બાળક એવી અસરવાળું જન્મે છે.

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ કદી ક્રોધ કરવો નહિ, સદા શાંતિ રાખવી, સ્વભાવ સારો રાખવો, સહવાસ સારાં માણસોનો રાખવો, સારી વાતો કરવી અને સારી વાતો જ સાંભળવી; હિમ્મત ભરેલી, નીતિની અને સદાચારની વાતો સાંભળવી, આ નિયમો છેલ્લા પાંચ માસમાં અવશ્ય પાળવા, કેમકે એ પાંચ માસમાં ગર્ભના બાળક ઉપર ગર્ભિણીના મનની અસર પહોંચે છેઃ માટે આ સર્વ વાતો નિરંતર ધ્યાનમાં રાખીને ગર્ભિણીએ તથા તેના પતિએ વર્ત્તવું.

જે ગર્ભિણી સ્ત્રીઓ તથા તેમના પ્રાણાધાર પતિઓ આ સર્વ નિયમો પ્રમાણે વર્તે છે તેમનાં બાળકો શારીરિક ખોડખાંપણ વિનાનાં તથા માનસિક વિકાર વિનાનાં થાય છે, એ વાત વૈદ્યકશાસ્ત્રથી તથા અનુભવથી સિદ્ધ થયેલી છેઃ માટે આ નિયમો શ્રદ્ધાથી પાળવાની ભલામણ કરવામાં આવે છે.

બહેનો ! આ પ્રકરણમાં જે નિયમો આપવામાં આવ્યા છે તે નિયમો પ્રમાણે વર્ત્તવાથી સગર્ભાવસ્થાનાં તથા સુવાવડનાં સર્વ દરદો અને દુઃખોથી તમો મુક્ત રહેશો અને ઉત્તમ સંતાનોને પ્રાપ્ત કરશો.

પ્રકરણ ૩૨ મું.

ગર્ભિણીના વિકારો અને તેના ઉપચારો.

व्याधिश्चास्या मृदुसुखै रतीक्ष्णै रोषधैजयेत् ॥ वाग्भट्ट.

" ગર્ભવતી સ્ત્રીના વ્યાધિ કોમળ, સુખકર અને અતીક્ષ્ણ એટલે જલદ નહિ, એવાં ઔષધોવડે મટાડવા. "

સગર્ભાવસ્થામાં ગર્ભિણીને જેમ કેટલાક ખાસ વિકારો થાય છે તેમ બીજાં સામાન્ય દરદો પણ લાગુ પડે છે. ઉલટી, મોળ, લાળ,

વગેરે ગર્ભાવસ્થાનાં ખાસ લક્ષણો છે. તોપણ તે ઉલટી ગર્ભિણીને બહુ હેરાન કરતી હોય તો તેને દબાવવાના ઉપાયો કરવા જોઇએ. આ નીચે ગર્ભિણીનાં ખાસ વિશેષ દરદો તેમજ સામાન્ય દરદો તથા તેના સાદા ઉપાયો આપવામાં આવે છે. આપણાં લોકોમાં એવો વ્હેમ પેસી ગયો છે કે ગર્ભિણી સ્ત્રીને કાંઇ ઓસડ અપાય જ નહિ. આ વહેમ છેક પાયાવિનાનો તો નથી, કેમકે દેશી વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં ગર્ભિણી સ્ત્રીનાં દરદોના ઉપચાર માટે બહુ સંકોચ મુકવામાં આવ્યો છે; તથાપિ ખાનપાનના ફેરફાર વગેરે બીજી તજવીજથી દરદ ન મટે તોપણ તેનો કાંઇ ઉપાય નહિ કરવો, એવું દેશી વૈદ્યકશાસ્ત્ર કહેતું નથી. આર્ય વૈદ્યકશાસ્ત્રના જુના ગ્રંથોમાં પણ ગર્ભિણીના રોગના જુદા જુદા ઉપાયો આપવામાં આવેલા છે. ગર્ભિણીને કાંઇ પણ દરદ થાય ત્યારે આ બેજીવવાળી દરદી બાઇની ઉલટી વિશેષ કાળજીથી સંભાળ રાખવી જોઇએ અને ઓસડવેસડની જલદી તજવીજ કરવી જોઇએ. ગર્ભિણી ઉપર કુદરતની ખાસ કૃપા હોય એમ પણ વારંવાર જોવામાં આવેલ છે; તે કૃપા એ છે કે, જે સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહ્યા પહેલાં શરીરમાં જે દરદો હોય છે તે ગર્ભ રહ્યા પછી તે દરદો કુદરતી રીતે જ અદૃશ્ય થાય છે. આમ છતાં જેઓ અજ્ઞાનતાથી આહારવિહાર સંબંધી કુદરતના નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરે છે તેમને દરદ થયા વિના રહેતું નથી. જે નિરંતર નિયમિત આહારવિહાર કરવાવાળી છે અને ગર્ભની તૈયારીના સમયમાં તેમજ સગર્ભાવસ્થામાં ખાસ વિશેષ કાળજીથી એ નિયમો પાળનારી હોય છે તેમને સગર્ભાવસ્થામાં ઉલટી ઉબકો વગેરે કાંઈ પણ વિકાર કે રોગ થવાનો સંભવ નથી. તથાપિ, જ્યારે ગર્ભિણીને દરદ થાય ત્યારે અને તે બીજી તજવીજથી ન મટે તો દવાઓનો જરૂર ઉપયોગ કરવો. પણ તેમાં કુશળ વૈદ્યની કે અનુભવી ડાકટરની સલાહ લેવી. જેમ બીજાં દરદીઓને માટે તાવ, ઝાડો, મરડો, ઝાડાની કબજીયત, વગેરે દરદો માટે ગમે તે બજારમાં મળતી દવા લાવીને આંખો મીંચી ઉપયોગ કરવામાં આવે છે, તેમ ગર્ભિણીને પણ

એ જ દરદો માટે એ જ દવાઓ આપી શકાય નહિ. મથાળે ટાંકેલાં **વાગ્ભટ્ટ**નાં વચન પ્રમાણે ગર્ભિણીને કોમળ ઔષધો આપવાં જોઇએ. તેને જલદ ઔષધો કદિ પણ નહિ આપવા. જ્યારે ગર્ભિણીનું શરીર જોખમમાં આવી પડે, તથા ગર્ભને બચાવવો કે ગર્ભિણીને બચાવવી, એવો પ્રશ્ન ઉભો થાય, ત્યારે જ ગર્ભની દરકાર નહિ કરતાં ગર્ભિણીના બચાવ માટે ગમે એવા આકરા ઉપાયોનો આશ્રય લેવોઃ પણ જ્યાં સુધી એવી સ્થિતિ ન હોય ત્યાં સુધી ગર્ભિણીના દરદના ઉપચારમાં ગર્ભના રક્ષણની વાત પ્રથમ લક્ષમાં રાખવી. જેવી રીતે ગર્ભિણીનાં નઠારાં ખાનપાન ગર્ભના ઉપર અસર કરે છે એવી રીતે જલદ ઓસડો પણ ગર્ભના શરીર ઉપર અસર કરે છે. માટે ગર્ભિણીને ઓસડ આપવામાં બહુજ સંભાળ રાખવી અને જ્યાં સુધી કોમળ ઉપાયથી દરદ મટે ત્યાં સુધી તેને સખ્ત કે જલદ ઓસડ આપવું નહિ. આ વાત ગર્ભિણીએ, તેના પતિએ, સંબંધીઓએ તેમજ વૈદો તથા ડાક્ટરોએ પણ અવશ્ય ધ્યાનમાં રાખવા જેવી છે.

૧. ઝાડાની કબજીયત એ ગર્ભિણી સ્ત્રીઓની સામાન્ય ફરિયાદ છે. ઝાડાની હમેશની કબજીયતવાળી ગર્ભિણીનો ગર્ભ બરાબર ઉછરી શકતો નથી, અને પ્રસવ વખતે વધારે કષ્ટ વેઠવું પડે છે; કેમકે કબજીયતને લીધે બાળકનું માથું જલદી બહાર આવી શકતું નથી; કેમકે સફરામાં મળ ભરાઈ રહેવાથી પ્રસવનો રસ્તો રોકાઇ જાય છે. નિરંતરની કબજીયતવાળી સ્ત્રીને ઝાડાના ખુલાસા માટે હમેશાં પાકાં પોપૈયાં ખવરાવવાંઃ કોઇ કોઇ વખતે ઝાડો કબજે પડે તો ઝાડાના ખુલાસા સારૂ ગર્ભિણીને માટે એરંડીયું તેલ (દીવેલ) સર્વે કરતાં સારો ઉપાય છે, તથાપિ તે પણ વારંવાર આપી શકાય નહિ. થોડા દહાડાની કબજીયતને માટે આશરે બે અઢી રૂપીઆભાર એરંડીયું પાશેર ગરમ દુધમાં પાઈ દેવાથી સુખથી ઝાડાનો ખુલાસો થાય છે. ગર્ભિણી સ્ત્રીને વધારે ઝાડા થવાથી ગર્ભ પડી જવાનો સંભવ છે. ગર્ભાવસ્થાના શરૂવાતના પાંચ છ માસ સુધી તો સખ્ત જુલાબ અપાય

જ નહિ. ગર્ભિણીનો ઝાડો કબજ રહેવાથી તેને સારી ભૂખ લાગતી નથી, કમજોરી રહે છે અને અનેક પ્રકારનાં અસુખ થાય છે, અને પ્રસવ થયા પછી પણ પેટની પીડા રહે છે. માટે ઉપર લખ્યા પ્રમાણે સુખકારક ઉપાયોથી કબજીયતને દુર કરવી. વળી કત્રચિત ક્વચિત ઠંડા પાણીની પીચકારી લઇને સફરાને સાફ કરવો. ખાનપાનમાં પણ ફેરફાર કરવો. ઝીણા લોટની પુરી કે રોટલી, મીઠાઇ, મધ, માંસ તથા ભારે જડ પદાર્થો તદન છોડી દેવા. દ્રાક્ષ, ખજુર વગેરે સારક ફળો, ભાજીપાલો, દુધ, વગેરેનો વિશેષ અભ્યાસ રાખવાથી તેમજ નિયમિત સ્નાન કરવાથી અને ખુલ્લી હવામાં ફરવાથી પણ ઝાડાની કબજીયત સંબંધી પીડા ઓછી થાય છે.

૨. ગર્ભિણીને પેસાબ પણ છુટથી ખુલાસેથી થવો જોઇએ. જો પેસાબ જોઇએ તેથી ઓછો થાય તો તેનું ઝેર ગર્ભિણીના શરીરમાં રહે છે અને આવા બગડેલા લોહીથી ગર્ભનું પોષણ થાય છે તો ગર્ભના શરીરને પણ ઇજા પહોંચે છે. જે ગર્ભિણીને પેસાબનો વધારે કબજો રહે છે તેને પ્રસવ વખતે તાણ એટલે આંકડી થવાનો સંભવ છે. ગર્ભસ્થાનની અંદર ગર્ભ વધવા માંડે છે ત્યારે ઝાડા તથા પેસાબનાં સ્થાન ઉપર દબાણ થાય છે અને તેથી સ્વાભાવિક રીતે ગર્ભિણીને ઝાડા તથા પેસાબની કબજીયત રહે છે. આ કબજીયત વિશેષ પ્રમાણમાં રહેતી હોય તો તેનો ઉપાય અવશ્ય કરવો જોઇએ. જેમ ઝાડાના ખુલાસા માટે એરંડીઆનો જુલાબ નિર્ભય ઉપાય છે, તેમ પેસાબના ખુલાસા માટે ગરમ કર્યા વિનાનું ઠંડું દુધ તથા ઠંડું પાણી સરખે વજને મેળવીને સવાર સાંજ પાશેર થી અધશેર પાવાથી પેસાબનો ખુલાસો સારો રહે છે. મળી શકે તેણે પાણીમાં બરફ નાખીને તે પાણી રોજ એકાદો પ્યાલો ભરીને પીવું. વળી પેસાબને દાબી નહિ રાખવો. જવનું પાણી પાવું એટલું જ નહિ પણ ગર્ભિણીએ યાદ કરીને વખતો વખત પેસાબ કરીને મૂત્રાશય સાફ રાખવાની ખબરદારી રાખવી.

ગર્ભિણીને ઉલટી થાય છે તેનું શું કારણ છે ? ગર્ભિણીના ઘણાક વિકારો મગજના મજ્જાતંતુઓમાંથી ઉત્પન્ન થતા હોય એમ જોવામાં આવે છે. સ્ત્રીનું આખું શરીર તથા સર્વ અવયવો નિરોગી હોય તો ગર્ભાશય સંબંધી અવયવોની અંદરના મજ્જાતંતુઓમાં કોઇ પણ પ્રકારની પીડા કે દરદ ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ નથી. તે ભાગોમાં કાંઇ પણ વિકાર હોય તો જ દરદ કે વેદના ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ છે. સગર્ભાવસ્થામાં ગર્ભાશયની અંદર નવા જીવના શરીરની રચના થતી હોવાથી જો ગર્ભાશય વિકારવાળું કે રોગવાળું હોય અથવા અશક્ત હોય તો ત્યાં કમી પડનારી મજ્જાશક્તિ શરીરના બીજા ભાગોમાંથી પૂર્ણ થાય છે, અને તે કારણથી શરીરના બીજા ભાગોની ક્રિયા નબળી પડે છે. દાખલા તરીકે, પાચનક્રિયા મંદ પડવાથી મોળ, ઉબકા ઉલટી વગેરે થાય છે અને મગજમાં રૂધિરાભિસરણ ઓછું આવવાથી બુદ્ધિમાં જડપણું આવે છે. મનનો ઉત્સાહ ઓછો થાય છે, આખા શરીરમાં આળસ તથા શિથિલતા આવે છે અને કદિ કદિ ચિત્તવૃત્તિ બગડીને વાયુ એટલે હીસ્ટીરીઆ જેવાં લક્ષણો પણ માલમ પડે છે. આ પ્રમાણે બીજી ઇન્દ્રિયો પોતપોતાનું કામ સારી રીતે કરી શકવાને અશક્ત બને છે.

સેંકડે ૫૦ થી ૭૫ ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને આરંભમાં મોળ તથા ઉલટી થાય છે; ત્યારે બાકીની ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને આ વિકાર શા માટે નથી થતો ? આ પ્રશ્નનું નિરાકરણ કરવું મુશ્કેલ છે પણ ગર્ભિણીને ઉલટી કે મોળ થવી એ એક વિકાર છે, એમ કહેવું જ જોઇએ. જેમ સ્ત્રી વધારે નિરોગી તેમ તેને ઉલટી વગેરે વિકારો ઓછા, એવો નિયમ ઠરાવીએ તો તેમાં કાંઈ અતિશયોક્તિ કે ભૂલ થતી નથી. ગર્ભિણીને ઉલટી ઘણું કરીને સવારમાં જ થાય છે, તેથી તે વ્યાધિને 'પ્રાતર્વ્યાધિ' કહેવામાં આવે છે. રોગી તથા અશક્ત ગર્ભિણીઓમાં સવારમાં ઉઠતાં જ મોળ તથા ઉલટીની હેર લાગુ પડે છે. ગર્ભધારણ થયા પછી બે ત્રણ અઠવાડીએ આ વિકાર માલમ પડે

છે; પણ કદિ કદિ પહેલે જ દિવસથી તેની શરૂવાત થાય છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને સવારમાં ઉઠતાં જ ઉલટી થવા લાગે છે અને કેટલીકને કાંઈ ખાધા પછી ઉલટી થઈ ખાધેલું નીકળી જાય છે. આ પ્રમાણે ૪–૫ અઠવાડીયાં સુધી ચાલે છે, અને કેટલીકને ચોથો માસ પૂર્ણ થતાં સુધી એટલે ગર્ભ ફરકવા માંડે છે ત્યાં સુધી ઉલટી બંધ થતી નથી. જંગલના લોકોની હલકી જાતોમાં ઉલટીની હેર જોવામાં આવી નથી, અથવા સુધરેલા લોકોના મુકાબલે ઘણી ઓછી હોય છે. પ્રકરણ ૩૧ માં આપેલા નિયમો પ્રમાણે વર્ત્તવાથી સુધરેલા લોકોની ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને પણ આ ઉલટીનો વિકાર કદિ પણ થનાર નહિ. તેમણે એ નિયમો પ્રમાણે વર્ત્તવું જોઇએ અને પોતાના ખાનપાનમાં ખબરદારી રાખી સાદું અન્ન નિયમિત રીતે રોજ બે વાર ખાવું જોઇએ. પ્રાતઃ કાળમાં સ્વચ્છ ઠંડું પાણી એક પ્યાલો ભરીને પીવું અને પ્રાતઃકાળમાં જ નિયમિત વખતે સ્નાન કરીને ખુલ્લી હવાનો પણ થોડો લાભ લેવો જોઇએ; તે પછી જમવું. ખાવામાં ન પચે એવા જડ પદાર્થો નહિ ખાવા જોઇએ. આવી સર્વે તજવીજ રાખવાથી ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને મોળ તથા ઉલટીનો ઉપદ્રવ થવાનો નહિ, એમ જોવામાં આવે છે.

ઉલટી બંધ કરવા માટે નીચેના સાદા કોમળ ઉપાયો કરવાઃ—

(૧) કાળજા ઉપર રાઇની પટી મારવી અને બળવા માંડે તથા ખમાય નહિ એટલે કાઢી લેવી.

(૨) ધાણાને વાટીને તેને ચોખાના ધોણ (કાચા ચોખાને થોડી-વાર ઠંડા પાણીમાં પલાળી રાખવા અને પછી હાથવડે ચોળીને તે પાણી કપડેથી ગાળી લેવું તે પાણી) માં ચોળીને તે પાણી કપડેથી છણી કાઢીને તે પાણીમાં સાકર નાખીને પાવું.

(૩) કલંભાનું ચૂર્ણ સાકર મેળવીને ઠંડા પાણીવડે પાવું અથવા કલંભાનો કવાથ કરીને તેમાં સાકર તથા મધ નાખીને પાવો.

(૪) ખોરાક બંધ કરીને ફક્ત દુધ પાવું કે દુધ અને સાબુચો-ખાની કાંજી પાવી. ઓઝાવાળો કાંઇ પણ ખોરાક આપવો નહિ.

મૂર્છા—રોગી તથા અશક્ત ગર્ભિણી સ્ત્રીને ગર્ભાશયમાં મજ્જાજાળની અપૂર્ણતા હોવાને લીધે અને ગર્ભાશય સાથે મજ્જાજાળને ખાસ ઘાડો સંબંધ હોવાને લીધે હૃદયના વ્યાપારમાં બીગાડ થઇને કદિ કદિ તેણીને ગ્લાની એટલે મૂર્છા થઈ આવે છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને તો નવ માસ સુધી રોજ રોજ કાંઇ પણ નજીવા કારણથી આ માનસ વિકાર ચાલુ રહે છે, અને કેટલીકને થોડીવાર અથવા ક્વચિત થાય છે. ગર્ભિણીને મૂર્છા આવે ત્યારે તેણીને શાંત રીતે સુવાડી દેવી અને માથું નીચું રહે તેમ કરવું. ઘરમાં હવા આવવાના સર્વ રસ્તા—બારી બારણાં—ખુલ્લાં કરી દેવાં અને શુદ્ધ ખુલ્લી હવા તેના શરીરપર આવવા દેવી. મોં ઉપર ઠંડું પાણી છાંટવું, એટલે તેને શુદ્ધિ આવે છે. શક્તિ લાવવાના ઉપાયો કરવા.

નિદ્રાનાશ—ગર્ભાવસ્થામાં બીકણ, અશક્ત તથા ચીઢીઆ સ્વભાવની સ્ત્રીને ઉંઘ ઘણી ઓછી થઇ જાય છે અને ઘણીવાર નિદ્રાનો છેક નાશ થાય છે. વિશેષ કરીને ગર્ભિણી સ્ત્રીને આ વિકાર સાતમા આઠમા માસમાં થાય છે. તેને ઉંઘ આવવા લાગે છે કે તરતજ સ્નાયુઓનો આપોઆપ સંકોચ થઇને શરીરના અવયવો ક્ષુબ્ધ થાય છે અને આવી સ્થિતિ વારંવાર એકાએક થવા લાગે છે તેથી ઉંઘને ખલેલ પહોંચે છે. નિત્ય નિયમિત સ્નાન કરીને જરૂર જોગ ખુલ્લી હવામાં ફરવાથી, શુદ્ધ પાણી સિવાય બીજાં પીણાંઓનો ત્યાગ કરવાથી, ઉત્તેજક એટલે ગરમ ખાનપાનનો ત્યાગ કરીને સાદુ ખાનપાન લેવાથી અને હવાવાળી જગામાં સ્વચ્છ બિછાના ઉપર સુવાથી સારી ઉંઘ આવે છે અને નિદ્રાનાસનો વિકાર દૂર થાય છે. જે સ્ત્રીઓ આ નિયમો પ્રમાણે પોતાનું વર્ત્તન રાખે છે તેમને સારી ઉંઘ આવે છે અને નિદ્રાનાશનું દરદ થતું નથી.

ઝાડો—ન પચે એવાં ભારે અન્નપાન ખાવાથી ઝાડો થાય છે, માટે એવાં અન્નપાનનો ત્યાગ કરવો; ઝાડો સાફ રહે એવી તજવીજ રાખવી, અને ઝાડો થયા પછી મટાડવા માટે નીચેના સાદા ઉપાયો કરવાઃ—

(૧) મજીઠ, જેઠીમધ તથા લોદર એ ત્રણ વસ્તુઓ વાટીને તેનું પાણી કરીને જરા સાકર મેળવી પાવું.

(૨) આંબો તથા જાંબુ એ બે અથવા બેમાંથી ગમે તે એક ઝાડની છાલનો ક્વાથ કરીને તે ક્વાથમાં ચોખાની ધાણીનો સાથવો (ચોખાને શેકીને ધાણી પાડવી ને તે ધાણી દળીને લોટ કરવો તથા તેમાં સાકર મેળવીને તૈયાર કરવો તે સાથવો કહેવાય) મેળવીને પાવાથી ઝાડો તથા સંગ્રહણી મટે છે.

છાતીની ફડક—ઘણીવાર ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને છાતીની ફડક થઇ આવે છે અને છાતીમાં ધડક ધડક થયા કરે છે તેથી ઘણી બીક લાગે છે. પણ ઘણું કરીને આ દરદ ખાનપાનની અવ્યવસ્થામાંથી થાય છે. હૃદય તથા પેટના મજ્જાતંતુઓને ઘણો નિકટ સંબંધ હોવાથી ખોરાકમાં અવ્યવસ્થા અને પાચનક્રિયામાં બીગાડ થયો કે તેની અસર હૃદયમાં થાય છે અને તેથી છાતીમાં ફડક થઇ આવે છે. ખાવાપીવામાં નિયમિત રહેવું, એ જ આ ઉપદ્રવનો સારો ઉપાય છે.

ઋતુસ્રાવ—ગર્ભ રહ્યા પછી ઋતુ બંધ થાય છે. તો પણ કોઇ કોઇ વાર કોઇ ગર્ભિણીને તે સ્રાવ દેખાય છે. ગર્ભિણીને ઋતુસ્રાવ થાય તો તે એકદમ બંધ કરી દેવાના સખ્ત ઉપાયો કરવા કરતાં ગર્ભિણીની સારી યોગ્ય માજવત કરવી, એ સારો સલામત રસ્તો છે; તેને સુવાડી રાખવી, તથા ખોરાક સાદો અને હલકો આપવો. ઠંડી હવા, ભીનાશવાળી જગા, ઉઘાડે પગે ચાલવું, ભીની ભોંય ઉપર સુવું કે બેસવું, ઠંડા પાણીથી ન્હાવું, ઘણી વાર ઉભું રહેવું, ઘણો શ્રમ, ઘણો ખોરાક, ધાસ્તી, ગુસ્સો તથા જુલાબ, એ સર્વે ઋતુસ્રાવમાં વધારો કરે છે માટે તે સર્વે વાતોનો ત્યાગ કરવો.

છાતીમાં બળવું—અમ્લપિત્ત નામના દરદમાંથી આ વિકાર થાય છે. અમ્લપિત્ત એ અજીર્ણનો એક પ્રકાર છે, જેમાં અન્ન નહિ પચતાં તેનું ખટાણ થઇને તેનો ખાટો રસ તથા ખાટી બાફ ઉપર ચઢીને છાતી તથા ગળા સુધી ગળધરી બળે છે. જે સ્ત્રીઓ નિયમ-

સર તથા માફકસર ખાય છે તેમને આ વિકાર થતોજ નથી. આવો કાંઈ વિકાર માલમ પડે કે ખોરાક સાદો ને હલકો લેવો. ઓછું ખાવું અથવા એક ટંક કે આખો દિવસ ઉપવાસ કરવો. અથવા ખોરાક બંધ કરીને માત્ર પાણી પીને રહેવું. જરા ગરમ પાણીના એક પછી એક એવા ચાર પાંચ પ્યાલા પીવાથી તરતજ ઉલટી થઇને આરામ થઈ જશે, અથવા નહિ પચેલ અન્ન પાણી સાથે મળીને ઝાડા વાટે નીકળી જશે. ચુનાનું ચીતરેલું પાણી, લીંબુનો રસ, તથા સાજીખાર કે સોડાખાર, આ ત્રણે વસ્તુ મેળવીને લેવાથી અમ્લપિત્ત બેસી જાય છે, પણ તે વધુ પ્રમાણમાં લેવાથી નુકસાન છે. કાળી દ્રાક્ષ, સીંધાલુણ તથા સાકરની ગોળી કરીને ખાવી. અન્ન ઓછું તથા હલકું ખાવું અને ગરમ પાણી પીવું, એ સૈાથી સાદો અને સારો ઉપાય છે.

હરસ—મસા અથવા બવાસીરનો ઉપદ્રવ ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને થવાનો વિશેષ સંભવ છે, કેમકે ઝાડાનો કબજો થઇને બંધકુષ્ટ રહેવાથી હરસનું દરદ થાય છે. કોઠો સાફ રાખવાથી હરસ થવાનો ભય દુર થાય છે.

ચેળ—ઘણીક ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને ચેળનો ઉપદ્રવ થઇ આવે છે. શરીરની સ્વચ્છતા બરાબર ન રહેવાથી આવો ઉપદ્રવ થાય છે. આ ઉપદ્રવનો સૈાથી સારો ઉપાય ઠંડા પાણીનું સ્નાન છે. ઠંડા પાણીથી શરીરને ઘસી ઘસીને ન્હાવું અને ઉષ્ણ અન્નપાન છોડી દેવાં. યોનિમુખમાં ઠંડા પાણીની બસ્તિ [પીચકારી] લેવી. કપડાને ઠંડા પાણીમાં ભીંજવીને તેની ઘડી ચેળવાળા ભાગ ઉપર મુકવી. ચંદનનો લેપ કરવો, ઠંડા પાણીમાં ટંકણખાર નાખીને રોજ ૫-૭ વાર ધોવાથી ચેળ મટી જાય છે.

માથાનું દરદ—આરોગ્યતાના નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરનારી અશક્ત સ્ત્રીઓને ગર્ભાવસ્થામાં વારંવાર માથામાં શૂળ વગેરે વિકારો થઇ આવે છે. અવ્યવસ્થિત વર્તન, અનિયમિત રીતે ખાવું પીવું, ભેજવાળી જગામાં રહેવું, ખુલ્લી હવામાં ફરવાને બદલે તથા શરી-

રને યેાગ્ય શ્રમ આપવાને બદલે ઘરની ઘેરાયેલી બંધેય હવામાં ગેાંધાઈ રહેવું, તથા ઉષ્ણ—ગરમ પદાર્થોનું હદ ઉપરાંત સેવન, એ સર્વે માથાના દરદનાં કારણેા છે. માટે આ સર્વે વર્ત્તનેામાં સુધારેા કરવાની જરૂર છે.

પગના શેાજા—ઘણીક સ્ત્રીઓને છેવટના બે ત્રણ માસમાં પગ તથા પેટ ઉપર સેાજા માલમ પડી આવે છે. નિયમિત ખાવાપીવાથી, તથા વચમાં વચમાં એકાદ ટંક ઉપવાસ કરવાથી, અથવા બસ્તી લઇને કેાઠેા સાફ કરવાથી, અથવા દસ્તને સાફ લાવે એવાં ફળફળાદિ ખાઇને કેાઠેા સાફ કરવાથી આ વિકાર દૂર થાય છે. શરીરમાં લેાહી કમતી હેાય તેા લેાહી આવે એવી યેાગ્ય મૃદુ દવાનેા ઉપયેાગ કરવેા.

વાયુ—હીસ્ટીરીઆ—ગર્ભાવસ્થામાં કેટલીક નબળા બાંધાની અને નિર્બળ મનની (nervous) સ્ત્રીઓને વાયુ એટલે હીસ્ટીરીઆ જેવાં ચિન્હેા માલમ પડે છે. આવી સ્ત્રીઓએ ભય, ક્રેાધ, શેાક, ચિંતા, વગેરેથી મુક્ત રહેવું જોઇએ અને તેના પ્રાણપતિ તથા ઘરનાં માણસેાએ એવા વિકારેા ઉત્પન્ન થાય એવું કારણ નહિ આપવું જોઇએ. વળી રાતનું જાગરણ, નાટક તમાશાના શેાકજનક કે કરૂણાજનક બનાવેા જોવા, ચા, કૉફી, દારૂ જેવાં પીણાં, તથા ઉષ્ણ તથા પિત્તકારક પદાર્થનું સેવન, ઇત્યાદિ આચારેા ગર્ભિણી સ્ત્રીઓના મનમાં વિકારેા ઉત્પન્ન કરીને વાયુ જેવાં ચિન્હેા પેદા કરે છે. આવેા બનાવ બને છે ત્યારે ઘણાક અજ્ઞાન લેાકેા વળગાડ એટલે ભૂત પ્રેતના વેહમે ચડીને ગર્ભિણી સ્ત્રી ઉલટી વધારે ગભરાય એવા વહેમ ભરેલા ઉપાયેા કરે છે. સગર્ભાવસ્થામાં પાળવાના નિયમેા પ્રમાણે વર્ત્તવાથી તથા ઉપર લખેલાં વર્ત્તનેાનેા ત્યાગ કરવાથી આવા વિકારેાને દુર રાખી શકાય છે.

કમળેા—પાંડુ—ઘણીક ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને આ રેાગ થઇ આવે છે. ખાવા પીવાના અનિયમિતપણામાંથી આ દરદ થાય છે. કેાઠેા

એટલે હોજરી તથા આંતરડાં બગડવાથી પાચનક્રિયામાં વિકાર થવાને લીધે આ દરદો થાય છે. ગમે તે ખાવા પીવાની ટેવ છોડી દઈને હલકો તથા નિયમિત ખોરાક લેવાથી તથા વચમાં વચમાં દુધ, ચોખા, કે ફળફળાદિ ખાઈને ઉપવાસ કરવાથી પાચનક્રિયા નિયમમાં આવે છે એટલે આ વિકારો દુર થાય છે.

ધાતુસ્રાવ—નબળી ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને સગર્ભાવસ્થામાં ધાતુસ્રાવ માલમ પડે છે. સ્વાભાવિક ભીનાશને ધાતુસ્રાવ ગણીને ઘણી વાર મિથ્યા અને વગર જરૂરની દવાઓ આપવામાં આવે છે, માટે એવી ભૂલ ન કરવી. ખરેખરો ધાતુસ્રાવ કે પ્રદર હોય તો જ યોગ્ય ઉપાય કરવો. તેનો નિર્ભય ખરો ઉપાય તો એ જ છે કે ગર્ભિણીના ખોરાક ઉપર બહુજ લક્ષ આપવું. તમામ ગરમ અને ઉષ્ણ ખાનપાન બંધ કરવાં. દુધ વગેરે સારો પુષ્ટિકારક પણ પચે એવો ખોરાક આપવો. ગરમ મશાલા, ચા, કૉફી, વગેરે બંધ કરવાં. પ્રદરના ઉપાયો કરવા. જેઠીમધને દુધ તથા પાણીમાં ઉકાળીને તેમાં સાકર નાખીને તેનો ચા બનાવીને નિત્ય પાવો; એવી જ રીતે શતાવરીનો ચા પાવો, અથવા શતાવરીનું ચૂર્ણ દુધમાં પાવું.

તાવ—ગર્ભિણીને તાવ આવે ત્યારે તાવને માટે ચાલતા સામાન્ય ઉપાયો ચાલતાં સુધી કરવા નહિ. ગર્ભિણીના તાવ માટે ખાસ મૃદુ ઉપાયો કરવા. ખાનપાનનો યોગ્ય ફેરફાર કરવાથી તાવ હલકો પડી જાય તો કાંઈ પણ દવાની જરૂર નથી, પણ દવાની જરૂર પડે તો (૧) જેઠીમધ, રતાંજલી, વાળો, ઉપલસરી અને કમળમાં પાન તેનો ક્વાથ કરીને તે સાકર તથા મધ નાખીને પાવો, અથવા (૨) રતાંજલી, ઉપલસરી, લોદર તથા કાળી દ્રાક્ષનો ક્વાથ સાકર નાખીને પાવો; જો જીર્ણ એટલે ઝીણો તાવ કે તપારો રહેતો હોય તો જેઠીમધની ચા પાવી. આ ચા પાણી તથા બકરીના દુધમાં બનાવવી અને રૂચિ પ્રમાણે સાકર નાંખવી. આ ચા રોજ બે વાર પાવી. વિષમજ્વર એટલે ટાઢ સાથે તાવ આવતો હોય તો તે તાવ ઉતારવા માટે ક્વીનાઈન

કે સેામલ જેવી જ્વરહર દવાઓ કદી પણ આપવી નહિ. આ તાવને માટે માત્ર સુંઠની ચા બસ છે. જેઠીમધની ચાની પેઠે જ સુંઠની ચા બનાવીને સાકર નાખીને પાવી. અરધા રૂપીઆભાર સુંઠના બારીક કકડા કરવા અને તે અરધેા અરધેા રતલ દુધ તથા પાણીમાં ઉકાળવા, પાણી બળી જાય અને દુધ બાકી રહે એટલે તેમાં રૂચિ પ્રમાણે સાકર નાખીને તે ચા પાવી; આથી વિષમજ્વર, જીર્ણજ્વર તથા અશક્તિ દુર થાય છે. ગર્ભિણીના જીર્ણજ્વરમાં જો તેની પ્રકૃતિ ગરમ હેાય તેા જેઠીમધનેા ચા પાવેા અને જો પ્રકૃતિ વાયુની અથવા શરદીવાળી રહેતી હેાય તેા સુંઠનેા ચા પાવેા. સુંઠ તથા જેઠીમધ આ બન્ને ચીજો ગર્ભિણીને કાંઈ પણ નુકશાન નહિ કરતાં શરીરમાં શક્તિ આપે છે.

અશક્તિ—દુર્બળ અને અશક્ત સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહે છે ત્યારે તેની બહુ સંભાળ રાખવાની જરૂર છે. જો સંભાળ ન રહે અને અશક્તિ વધતી જાય તેા અધુરે માસે ગર્ભસ્રાવ કે ગર્ભપાત થવાનેા ભય રહે છે. આવી અશક્તિ દુર કરવા તથા શક્તિ લાવવા માટે સારી રીતે દુધ વગેરે સારેા ખેારાક આપવા ઉપરાંત કાંઈક સારી નિર્ભય દવાની પણ મદદ લેવી. ઉપર તાવના ઉપાયમાં જણાવ્યા પ્રમાણે જેઠીમધ અથવા સુંઠની ચા દુધમાં આપવાથી પણ શરીરમાં શક્તિ આવે છે. ગર્ભિણીની શક્તિ તથા પ્રકૃતિ પ્રમાણે જેઠીમધ અથવા સુંઠ એક રૂપીઆભાર લઈ તેના બારીક ટુકડા કરીને વીશ રૂપીઆભાર બકરીનું કે ગાયનું દુધ અને વીશ રૂપીઆભાર પાણી તેમાં તે કકડા ઉકાળવા અને પાણી બળી જઈને દુધ બાકી રહે તેમાં રૂચિ પ્રમાણે સાકર કે પતાસાં નાખીને તે દુધ નિત્ય પાવું. બની શકે તેા બે ટંક નહિ તેા એક ટંક, કેટલાક દિવસેા સુધી પાવાનું જારી રાખવું, ગર્ભપાળ રસ નામની દવા, નબળી ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને માટે તથા ગર્ભના રક્ષણ માટે ઘણી ઉત્તમ છે. માટે શક્તિ હેાય તેમણે સારા વૈદ્યને ત્યાંથી એ દવા મેળવીને તેનેા એકાદ માસ ઉપયેાગ કરવેા.

ગર્ભસ્રાવ અને ગર્ભપાત—ગર્ભ રહ્યા પછી ચેાથા માસની

અંદર ગર્ભ પડી જાય છે તે 'ગર્ભસ્રાવ' કહેવાય અને તે પછી સાતમા મહિના પહેલાં ગર્ભ પડી જાય તે ગર્ભપાત કહેવાય છે. સાતમા અને નવમા માસની વચમાં પ્રસવ થાય તો તે 'અકાળ પ્રસવ' કહેવાય છે. એક ઇલાયદા પ્રકરણમાં આ વિષે વિસ્તારથી વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે, જેથી અત્રે સંક્ષિપમાં એટલું જ જણાવવું બસ છે કે, એકાએક ભય, ચિંતા કે શોકનો મન ઉપર ધક્કો લાગી જવાથી ગર્ભસ્રાવ થઈ જવાનો સંભવ છે; તેમજ અતિ ઝાડો, અતિ ઉલટી, અતિ ઝાડાનો કબજો, પેટપીડ, અતિશ્રમ, મારનો ધક્કો કે ઉંચેથી પડી જવું, ઇત્યાદિ કારણોથી ગર્ભસ્રાવ થઇ જાય છે. ગર્ભસ્થાનની ગરમી, અસહનતા, વગેરે અંદરના કારણોથી પણ ગર્ભસ્રાવ થાય છે. માટે તે કારણોથી ગર્ભિણીને સદૈવ નિર્ભય અને મુક્ત રાખવી. એક વાર ગર્ભસ્રાવ થાય છે એટલે પછી વારંવાર ગર્ભસ્રાવ થવાનો સંભવ ઉત્પન્ન થાય છે, માટે તે વાતથી ચેતીને ગર્ભસ્રાવનું કારણ સમજવામાં હોય તે પ્રથમ દુર કરવું. સ્ત્રી રોગી કે દુર્બળ હોય અને તેને એક વાર ગર્ભસ્રાવ થયા પછી તરતજ ગર્ભ રહે છે, તો ફરીથી પણ ગર્ભસ્રાવ થવાનો મોટે ભાગે સંભવ છે. માટે ગર્ભસ્રાવ થયા પછી સ્ત્રીપુરૂષે ઘણી લાંબી મુદત વચમાં જવા દઇને પછી સંબંધ કરવો. ઓછામાં ઓછી એક વરસની મુદત જવા દેવી, અને તે મુદત દરમીયાન સ્ત્રીની આરોગ્યતા સુધારવાના યોગ્ય ઉપાયો કરવા. ગર્ભ રહ્યા પછી તેને ગર્ભસ્રાવ થઇ જવાનો સંભવ કે ભય હોય તો ગર્ભનું રક્ષણ કરવા માટે જેઠીમધનો ચા અથવા ગર્ભપાળ રસ, જે ઉપર અશક્તિના ઉપાયોમાં બતાવેલ છે, તેનું ચાર પાંચ માસ સુધી સેવન કરાવવું અને ખાનપાનની બહુ જ સંભાળ રખાવવી. વળી ગર્ભિણી સશક્ત હોય તોપણ સગર્ભાવસ્થામાં સ્ત્રીપુરૂષે સંબંધ કરવાથી ગર્ભિણીને તેમજ ગર્ભસ્થાનની અંદરના બાળકને ઘણી હાનિ પહોંચે છે, ત્યારે ગર્ભિણી અશક્ત હોય અને વારંવાર ગર્ભસ્રાવ થયા કરતો હોય તેવી સ્થિતિમાં સંબંધ કરવાથી કેટલું બધું નુકસાન થાય, તે કહેવાની કાંઇ જરૂર નથી. પુરૂષોના આવા અત્યાચારથી અનેક સ્ત્રીઓ મરતી

મરતી બચે છે અને ઘણીક તો અતિ કષ્ટ સાથે મૃત્યુ પામે છે.

પુરૂષો ! તમારા અત્યાચારથી તમો તમારાં બાળકોને હાનિ પહોંચાડો છો. તમો ગર્ભસ્થાનમાં બીજ નાખીને બાળકોને ઉત્પન્ન કરો છો, પણ તમારો અત્યાચાર એ જ બાળકોને બદશીકલ, અપૂર્ણ અંગવાળાં, અને વિકારી મનવાળાં બનાવે છે, અને ઘણાંક બાળકોના પ્રાણની પણ હાનિ કરે છે, ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને ઉપયોગી નિયમોથી વાકેફ કરવી તથા ઉપર લખ્યાં દરદોથી મુક્ત રાખવા માટે તેઓને એ નિયમોથી વર્ત્તાવવી, એ તમારી ફરજ છે. પણ તમો પોતે જ વિકારોને વશ થઈ એ ફરજ બાજુ ઉપર મૂકી દો છો અને ગર્ભિણીનાં ઘણાંક દરદો ઉત્પન્ન થવામાં તમો પોતે જ કારણભૂત બનો છો ! ગર્ભિણીઓને જે જે દરદો થાય છે, અથવા ગર્ભ અધુરે તુટી પડવાનાં જે જે કારણો બને છે તે સર્વમાં તમારૂં અયોગ્ય વર્ત્તન થોડે કે ઘણે અંશે જવાબદાર છે ! તમારી સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરે છે ત્યારથી તે બાળકને ધવરાવે છે ત્યાં સુધી તે ' **પત્ની** ' કરતાં ' **માતા** ' ની પદવીને વિશેષ પાત્ર છે. માટે ત્યાં સુધી તેને '**માતા**' જ રહેવા દો !

પ્રકરણ ૩૩ મું.

ગર્ભસ્રાવ અને ગર્ભપાત.

" No good deed is ever lost, nor any wrong act performed without evil effect."

DR. TRALL.

" કોઈ પણ સારૂં કૃત્ય અફળ જતું નથી; એમજ કોઇ ખોટું કૃત્ય થાય છે તેની ખરાબ અસર થયા વિના રહેતી નથી."

પૂર્વના પ્રકરણમાં જણાવ્યા પ્રમાણે ઘણીક સ્ત્રીઓને ચોથા માસ પહેલાં ગર્ભ સરી જાય છે તેને ' ગર્ભસ્રાવ ' કહેવામાં આવે છે અને

ચોથાથી સાતમા માસની અંદર ગર્ભ પડી જાય છે તેને 'ગર્ભપાત' કહેવામાં આવે છે.

સ્ત્રીજાતિને માટે ગર્ભસ્રાવ કે ગર્ભપાતના જેવું બીજું એક પણ દરદ નથી કે જેમાં આટલી બધી ચિંતા કે પશ્ચાત્તાપ થતો હોય. પ્રાપ્ત થયેલ બાળકરૂપી રત્ન હાથમાંથી પડી જવું અને નાશ પામવું, એ શું થોડી ચિંતા છે, એ શું થોડો પસ્તાવો છે! અને તેમ છતાં ઘણીક સ્ત્રીઓને ગર્ભસ્રાવ અને ગર્ભપાત થાય છે, તે આપણે જોઇએ છીએ. આ કાંઈ સ્વાભાવિક વિકાર નથી પણ કોઈ પણ ખોટા કૃત્યનું કે ભૂલનું પરિણામ છે, અને એટલા માટે જ ડૉ. ટ્રૉલ વાજબી કહે છે કે 'સારા કૃત્યનું ફળ અફળ થતું નથી અને ખોટા કૃત્યની ખોટી અસર થયા વિના રહેતી નથી.' ગર્ભસ્રાવ અને ગર્ભપાત એ સ્ત્રી પુરૂષોના અયોગ્ય વર્ત્તનોનું જ ખરાબ પરિણામ છે.

ગર્ભસ્રાવ કે ગર્ભપાતની કોઈ પણ સ્ત્રીને ખોડ લાગુ પડે છે એટલે પછી તેમાંથી શું અનર્થ થશે, તેનો કાંઈ નિયમ રહેતો નથી. ઉપરાઉપર ગર્ભસ્રાવ તથા ગર્ભપાતથી સ્ત્રીનું આરોગ્ય કાયમને માટે નાશ પામે છે અને ઘણીવાર પ્રાણની હાનિ થાય છે, ઘણીવાર ગર્ભધારણ પછી ત્રીજે કે ચોથે અઠવાડીએ ગર્ભસ્રાવ થઈ જાય છે.

આ ખરાબીનાં કારણો શોધતાં પ્રથમ એવું જોવામાં આવે છે કે, અમુક પ્રકારની કે પ્રકૃતિની સ્ત્રીઓને આ રોગ વિશેષ લાગુ પડે છે. શરીરે બહુ જાડી તથા લઠ્ઠ સ્ત્રીઓને, અતિ દુર્બળ સ્ત્રીઓને, બહુ દસ્તાન વહેતું હોય એવી અત્યાર્ત્તવવાળી સ્ત્રીઓને, તેમજ જે સ્ત્રીઓને ગંડમાળ, ઉદરરોગ અને ગરમીનો રોગ હોય છે તે સ્ત્રીઓ જો પોતાના વર્ત્તનમાં સંભાળ ન રાખે તો તેમને આ ભયંકર રોગ થવાનો સંભવ વિશેષ છે. અતિ ગરમ મશાલા, ન પચે એવો જડ ખોરાક, અતિ મિષ્ટાન તથા ચીકણા પદાર્થો નિરંતર ખાવા, ચા, કૉફી અને દારૂ જેવાં પીણાં નિરંતર પીવાનો અભ્યાસ, નાટકો તથા તમાશા જોવામાં રાતના વારંવાર ઉજાગરા કરવા, સદા શોક, ચિંતા, ભય,

ક્રોધ, વગેરે મનમાં ક્લેશ ઉત્પન્ન થાય એવી વાતોથી, બનાવોથી, કે પુસ્તકના વાંચનથી મનને ઉશ્કેરાયલું રાખવું, અને એથી પણ વધારે ગંભીર કારણ—અનિયમિત અને અકાલે (ગર્ભવાળી સ્થિતિમાં) સંભોગ સુખનું અતિ ઘોર કૃત્ય—એ સર્વ કારણોથી આ રોગ થાય છે. ગર્ભસ્ત્રાવ તથા ગર્ભપાતને આમંત્રણ કરવાવાળાં આ બધાં કારણો સ્ત્રીઓએ અને તેમના પ્રાણપતિ પુરૂષોએ જરૂર લક્ષમાં રાખવાં જોઇએ.

આ સિવાય ઝાડાનો નિત્યનો કબજો, અતિસાર એટલે ઘણો ઝાડો થવો, બહુ ઉલટી થવી, કપડાં ખેંચી બાંધીને પહેરવાની ટેવ, પેટશૂળ, અતિ મહેનત, અકસ્માત્ ભય, શોક, કે ચિંતાનું કારણ બનવું, માર પડવો, કે ઉંચી જગાએથી પડી જવાથી શરીરને આઘાત લાગવો, એ ગર્ભસ્ત્રાવ તથા ગર્ભપાતનાં કારણો છે. આ સિવાય જાણી બુજીને ગર્ભસ્ત્રાવ તથા ગર્ભપાત કરવાના ઉપાયો કામે લગાડવામાં આવે છે કે જે કરપીણ કૃત્યને માટે કાયદામાં પણ શિક્ષા ફરમાવેલી છે.

આ રોગથી સ્ત્રીઓના શરીરની પાયમાલી થાય છે. આ ખરાબી ઘણી ભયંકર અને લાંબા વખત સુધી ચાલે છે. પ્રથમ જ જણાવ્યા પ્રમાણે એકવાર ગર્ભસ્ત્રાવ કે ગર્ભપાત થાય છે તો બીજીવાર પણ તેમ બનવાનો સંભવ છે. આ ખોડ લાગુ પડી એટલે પછી તેનું ઘોર પરિણામ મરતાં સુધી ચાલુ રહે છે. ગર્ભસ્ત્રાવ થયા પછી અતિશય રક્તસ્ત્રાવ થાય છે અને પછી વારંવાર અનિયમિત રીતે રક્તસ્ત્રાવ થયા કરે છે. પ્રસવ વખતે જે પીડા થાય છે, તેથી પણ વિશેષ પીડા આ અનિયમિત દસ્તાનથી થાય છે. કોઇવાર સ્ત્રીને વાઈ કે ઉન્માદનો હુમલો થઈ આવે છે, મનમાં મોટો સંતાપ થાય છે, અને સંસારની કોઈ પણ વાત ઉપર ચિત્ત લાગતું નથી; કોઈ પણ ભોગ કે ઉપભોગમાં તેને આનંદ આવતો નથી. આવી સ્ત્રીનું મન ઘણું જ બગડી જાય છે. પુર્ણ માસે પ્રસવ કરનારી સ્ત્રીને ૧૫ છોકરાંના પ્રસવમાં જેટલી પીડા થાય છે તથા શરીર જીર્ણ થાય છે, તેના કરતાં

પણ વિશેષ પીડા અને વિશેષ ઘસારો એક જ અકાળ પ્રસવથી થાય છે. આ ઉપરથી લોકોમાં બોલાય છે કે, ' સો સુવાવડ અને એક કસુવાવડ. ' માટે ગર્ભસ્રાવ કે કસુવાવડ થવાનો એક વાર પણ પ્રસંગ ન બને તેને માટે સ્ત્રીપુરૂષોએ પ્રથમથીજ કાળજી રાખવી જોઇએ અને આરોગ્ય રક્ષણના તથા ગર્ભાધાન અને સગર્ભાવસ્થાના નિયમો બરાબર પાળવા જોઇએ.

યોગ્ય સમય પહેલાં ગર્ભનો સ્રાવ થવો કે અધુરા માસે પ્રસવ થવો, એ શરીર, ઇન્દ્રિયો તથા મન એ ત્રણેનું અવ્યવસ્થિતપણું કે રોગપણું સાબીત કરે છે. એટલે કાંતો સ્ત્રીનું શરીર અસ્વસ્થ (રોગી) હોય, કાંતો મનને ચેન ન હોય કે કાંતો ઇન્દ્રિયો ઉશ્કેરાયલી કે ભડકેલી હોય, ત્યારે જ ગર્ભસ્રાવ કે અકાળ પ્રસવ થાય છે. આ ખરાબીનો અટકાવ કરવા માટે પ્રથમ જે સાવચેતી રાખવાની છે તે એ કે, સંતતિ માટેની પૂર્વ તૈયારીના સમયમાં શરીર તથા મન નિરોગી રહે એવી તજવીજ રાખવી. પાછળ જણાવેલાં પ્રકરણો ૧૩ થી ૨૪ માં જે જે સૂચનાઓ કરી છે તથા જે જે નિયમો આપ્યા છે તે પ્રમાણે વર્ત્તન રાખવાથી આ સર્વ આપદાઓથી મુક્ત રહેવાય છે.

ગર્ભિણીને જ્યારે પીઠમાંથી તથા ગર્ભાશયની આજુબાજુના સ્થાનમાંથી ઉપરાઉપર એકસરખી વેણો જેવી પીડા આવવા લાગે, તથા પેટ જડ બનીને તેમાં દુખાવો થવા લાગે છે, તેમજ પેસાબમાં અડચણ થઇને ટીપેટીપે પેસાબ બહાર પડવા માંડે, અને પેટ ઉતરી આવ્યા જેવો ભાસ થાય ત્યારે નક્કી ગર્ભસ્રાવ થશે, એમ સમજવું. ઘણું કરીને જે સ્ત્રીને પહેલી જ વાર ગર્ભસ્રાવ થાય છે તેને આ લક્ષણો છ સાત કલાક રહીને ગર્ભસ્રાવ થઈ જાય છે, પણ જે સ્ત્રીઓને ગર્ભસ્રાવની હેર થાય છે એટલે વારંવાર ગર્ભસ્રાવ થાય છે, તેમને ગર્ભસ્રાવની પીડા વખતે લંબાય છે અને એક અઠવાડીઆમાં પણ તે પીડાનો અંત આવતો નથી.

ગર્ભસ્રાવની સ્થિતિની ત્રણ અવસ્થા ઠરાવીએ તો (૧)

પહેલી અવસ્થા—ગર્ભસ્રાવ દેખાવા માંડયા પહેલાંની સ્થિતિ, (૨) **બીજી અવસ્થા**—ગર્ભસ્રાવનાં પ્રથમનાં લક્ષણો માલમ પડયા પછી તેની પીડા સાથે થોડો રક્તસ્રાવ દેખાવા લાગે તે સ્થિતિ; અને (૩) **ત્રીજી અવસ્થા**—રક્તસ્રાવનો અતિશય પ્રવાહ નિરંતર વહેવા માંડે તે સ્થિતિ.

પહેલી અવસ્થા—આ અવસ્થામાં લક્ષણો ઉપરથી ગર્ભસ્રાવ થશે એવો ભય લાગે છે, પણ ગર્ભસ્રાવ મુદ્દલ થયેલો હોતો નથી; એટલું જ નહિ પણ વેળાસર ચેતીને યોગ્ય સંભાળ તથા ઉપચાર થાય છે તો ગર્ભસ્રાવનો ભય દુર થઇ શકે. આ અવસ્થામાં ગર્ભ-સ્રાવનાં પ્રથમ જણાવેલાં લક્ષણો ઉપરાંત ગર્ભિણીની શક્તિ તથા તેનો ઉત્સાહ ભાગી જાય છે, ભૂખ જતી રહે છે, થોડો તાવ આ-વીને થાપામાં તથા કમરમાં, કમરની આસપાસની જગામાં તથા પેટના નીચેના ભાગમાં ઠણુકા—સણુકા ઉપડે છે. પ્રથમ આ સણુકા કોઈ કોઈ વાર આવીને બંધ પડે છે, પણ આગળ જતાં તે સણુકા વધુ વાર ટકે છે. જો સ્ત્રી દૃઢ શરીરવાળી હોય છે તો રક્તનો સ્રાવ જોરમાં આવીને નાડી પણ જોરમાં ચાલવા લાગે છે, આંખ ફરકે છે, માથું દુખવા લાગે છે, અંગ ગરમ થાય છે, તરસ બહુ લાગે છે, અન્ન ઉપર રૂચિ થતી નથી, કેડમાં સણુકા આવે છે, તથા ગર્ભાશય જડ થયા જેવો ભાસ થાય છે. સ્ત્રીની શક્તિ તથા પ્રકૃતિની ભિન્નતા પ્રમાણે આ લક્ષણોમાં ફેર પણ પડે છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને કમર વગેરેમાં થોડો ઘણો સણુકો આવીને કેટલાક દિવસ સુધી ગ્લાનિ રહે છે, અને વધારે જલદ લક્ષણો થતાં નથી. આવાં કાંઇ લક્ષણ જણાય કે ખબરદારી રાખવી જોઇએ. આવું બને ત્યારે સ્ત્રીને ઠંડકવાળી જગામાં બિછાના ઉપર પડી રહેવા દેવી. ગરમ કપડાં મુદ્દલ પહેરવા દેવાં નહિ, સાદું અન્ન તથા સ્વચ્છ ઠંડું પાણી પીવા દેવું, તથા પો-તાના વૈદ કે ડાક્ટરની સલાહથી ઔષધોપચાર કરવો.

બીજી અવસ્થા—જે સ્ત્રીને એકે વખત ગર્ભસ્રાવ થયો ન

હોય તે ગર્ભસ્રાવનાં લક્ષણોથી વાકેફ નહિ હોવાથી કમર વગેરેના દુખાવા ઉપર લક્ષ આપવામાં આવતું નથી અને તેથી સણકા વધી જાય છે, અને બહુ પીડા થાય છે. તથા થોડો રક્તસ્રાવ પણ થતો જોવામાં આવે છે. રક્તસ્રાવ થાય ત્યારે સમજવું કે ગર્ભાશયની અંદરના ગર્ભવાળાં ઇંડાંમાંથી કાંઇ અંશે જીવનપ્રવાહ નીકળી જાય છે. આ સ્થિતિમાં પણ વેળાસર ચેતીને તાત્કાલિક યોગ્ય ઉપાય લેવાય તો ગર્ભનો બચાવ થવાનો સંભવ છે. પણ આવે વખતે તાબડતોબ ઉપાય કરવા જોઇએ અને વૈદ્ય કે ડાક્ટરે બતાવેલ ઉપચારનો જલદી અમલ કરવો જોઇએ. વૈદ્ય આવી પહોંચે ત્યાં સુધી સ્ત્રીને ઠંડી જગામાં રાખવી તથા જનનેન્દ્રિય તેમજ બસ્તિ (પેડુ) ઉપર ઠંડા પાણીથી ભીંજાવેલ કપડાની ઘડી વાળીને મુકવી તથા બરફના પાણીની કે અતિ ઠંડા પાણીની યોનિમુખમાં પીચકારી મારવી. પીચકારી હાજર ન હોય તો હાથેવતી પાણીના છાલકો મારવી તથા સપાટીનો ભાગ ભીનો ને ઠંડો રહે એવી તજવીજ રાખવી. કમર નીચે કપડું મુકીને કમરને ઉંચી રાખવી અને ખભા તથા માથું વિશેષ નીચાં રખાવીને તેને પથારીમાં ચતી સુવાવડી. રક્તપ્રવાહ બંધ કરવા માટે યોનિમુખની અંદર પણ બારીક ભીનું પકડું મુકવું અને બદલાવતા જવું. અશક્તિ ન આવે માટે દુધ પાયા કરવું અથવા દુધમાં બરફ નાખીને પાવો.

ત્રીજી અવસ્થા—આ અવસ્થામાં રક્તપ્રવાહ વધારે જોરમાં ચાલુ જ રહે છે. કોઇવાર આ રક્તપ્રવાહ એટલો બધો જોરમાં થાય છે કે જીંદગી જલદી જોખમમાં આવી પડે છે. આખા શરીરમાં અસહ્ય વેદનાના સાટકા એક પછી એક ઉપરથી નીચેના ભાગ તરફ આવ્યા કરે છે, તે ઉપરથી એમ સમજવું કે ગર્ભાશયમાંથી બીજવાળું ઇંડું પૂર્ણ રીતે બહાર નીકળી પડયું છે. આ ત્રીજી અવસ્થામાં દરદી દાખલ થયા પછી ગર્ભસ્રાવ થયો તો પછી તે બંધ કરવો અશક્ય જ છે. પણ યોગ્ય ઉપચાર થાય અને અનુભવી ઉપચારકની મદદ વેળાસર પહોંચે તો ગર્ભિણીનો બચાવ થઇ શકે.

ગર્ભપાત કરનાર સ્ત્રી તથા કરાવનાર મદદગારને માટે કાયદામાં સખ્ત શિક્ષા ફરમાવવામાં આવી છે. પણ આપણા દેશમાં આ શિક્ષાનેા અમલ સ્ત્રીઓ ઉપર વિશેષ થાય છે. બાળહત્યાનેા અટકાવ કરવેા, એ આ શિક્ષાનેા હેતુ છે, પણ વિધવા સ્ત્રીઓને હાથે જેટલી બાળહત્યાઓ થાય છે તેના કરતાં સેંકડેા ગણાં વધારે બાળકોનું એટલે ગર્ભસ્થાનની અંદરના ગર્ભોનું સધવાઓને હાથે ખૂન થાય છે! ગર્ભસ્રાવ થવેા અથવા ગર્ભપાત થવેા એ સ્ત્રીઓના અયેાગ્ય વર્ત્તનનું જ પરિણામ છે અને એમાં પણ બાળકોની હત્યા જ થાય છે, અને સ્ત્રીઓના પ્રાણાધાર પતિઓએ બાળહત્યાના મદદગાર અથવા ખરૂં કહીએ તેા એએા જ તેના ખરા ખૂની છે; તેમ છતાં એ હત્યાને માટે કાયદે ખૂન ઠરાવ્યું નથી પણ રેાગ ઠરાવેલ છે, અને વિધવાઓ જે ગર્ભપાત કરે છે તેને કાયદે ખૂન ઠરાવીને તેની શિક્ષા ફરમાવી છે. જ્યારે વિધવાઓ પેાતાની આબરૂ જાળવવા માટે તથા નામેાશીમાંથી બચવા માટે જાણીબુજીને ગર્ભપાતની કેાશીશ કરે છે, ત્યારે સધવાઓ જાણીબુજીને નહિ પણ પેાતાના અજ્ઞાનથી થયેલ અયેાગ્ય વર્ત્તનવડે ગર્ભસ્રાવ કે ગર્ભપાતને જન્મ આપે છે. વિધવાઓને ગર્ભ રહેવેા એ વાતને સમાજે નામેાશી ગણી છે તેથી વિધવાઓ ગર્ભપાતની કેાશીશ કરવાને લલચાય છે. જો આ કૃત્યને નામેાશી ભરેલું ન ગણવામાં આવે તેા વિધવાઓ જાણીબુજીને કદિ પણ ગર્ભપાત કરે નહિ. જે કૃત્યને સમાજે બુરૂં માન્યું છે તે કૃત્યને માટે કાયદે શિક્ષા ફરમાવી છે. ગર્ભસ્રાવ કે ગર્ભપાતને સમાજે બુરૂં કૃત્ય માન્યું નથી તેથી કાયદે શિક્ષા ઠરાવી નથી, અને તેથી લેાકેામાં પણ તે કૃત્યની કાંઇ નામેાશી ગણાતી નથી, પરંતુ વાસ્તવિક વિચાર કરી જોતાં એમ જણાશે કે, સ્ત્રીપુરૂષેાના અજ્ઞાનથી કે અયેાગ્ય વર્ત્તનથી ગર્ભસ્રાવના કે ગર્ભપાતના જે વધારે મેાટી સંખ્યાના બનાવેા બને છે અને હજારેા ગર્ભનાં કે બાળકેાનાં મૃત્યુ થાય છે તે પણ એક પ્રકારનાં ખૂનેા જ છે અને તેને માટે ગર્ભસ્રાવ કે ગર્ભપાત કરનાર ગર્ભિણીઓ જેટલી જવાબદાર છે

તેના કરતાં તેમના પતિઓ વળી વિશેષ જવાબદાર અને ગુન્હેગાર છે! બાળકોનાં ખૂનો તો વિધવા તેમજ સધવા બન્નેને હાથે થાય છે. જ્યારે વિધવાઓ કાયદાની નીતિમાં ગુન્હેગાર છે, ત્યારે સધવાઓ શારીરિક નીતિમાં ગુન્હેગાર છે, અને આ છેલ્લા વર્ગની સ્ત્રીઓને તથા તેમના મદદગાર પ્રાણપતિઓને કદિ કાયદો શિક્ષા કરતો નથી, તોપણ તેઓ કુદરતની દૃષ્ટિ આગળ કુમળાં બાળકોનાં ખૂન કરનારા અપરાધી જ છે! જેઓ સારૂં વર્તન નથી રાખતાં તેમને હાથે સંસારમાં અનેક અપરાધો થાય છે અને ગર્ભસ્ત્રાવ અને ગર્ભપાત એ પણ એવા જ ભયંકર અપરાધો છે. ગર્ભસ્ત્રાવ કે ગર્ભપાતથી એક સ્ત્રી પોતાને સાંપડનારૂં ઉત્તમ બાળક ખુવે છે એટલું જ નહિ, પણ તે સમાજની વૃદ્ધિનો પણ અટકાવ કરે છે. વૃદ્ધિ એ જ કુદરતનો મુખ્ય હેતુ છે, અને ગર્ભસ્ત્રાવથી કે ગર્ભપાતથી કુદરતનો આ હેતુ બરબાદ જાય છે. માટે સ્ત્રીપુરૂષોએ યોગ્ય વર્ત્તન રાખીને ગર્ભાશયમાં ઉત્તમ બાળકોને ધારણ કરવાં, એટલું જ નહિ, પરંતુ ગર્ભાવસ્થામાં પણ એ જ ઉત્તમ વર્ત્તન ક્રમવડે વર્ત્તીને સંપૂર્ણ માસે ઉત્તમ બાળકોને જન્મ આપવાની કાળજીથી કોશીશ કરવી. લોકો આ સર્વ વાતોમાંથી પોતાની જવાબદારી કાઢી નાખીને જેટલું સારૂં થાય છે તેનો જશ પોતે લે છે, પણ જેટલું બુરૂં થાય છે તેનો અપજશ દૈવ કે ઇશ્વિર ઉપર ઓઢાડી દે છે! પૂર્ણ નવ માસે પ્રસવ થવો એ નિયમ તથા નીતિ છે, અને અધુરે માસે ગર્ભસ્ત્રાવ થવો કે ગર્ભપાત થવો એ અનિયમ તથા અનીતિ છે, એ વાત દરેક સ્ત્રીપુરૂષે ખસુસ લક્ષમાં રાખવી; નિયમ કે અનિયમ અથવા નીતિ કે અનીતિ, એ માણુસના પોતાના હાથમાં છે; જેઓ નિયમથી વર્ત્તે છે તેઓ કુદરતની ઇચ્છા તથા આજ્ઞા પ્રમાણે સંપૂર્ણ અને નિરોગી બાળકોને જન્મ આપે છે, અને જેઓ અનિયમથી એટલે નિયમ વિરૂદ્ધ વર્ત્તે છે તેઓ અપૂર્ણ અને રોગી બાળકોને જન્મ આપે છે અથવા અપત્યહત્યા એટલે બાળહત્યાનાં અપરાધી બને છે?

પ્રકરણ ૩૪ મું.

ભાવાભાવ.

इंद्रियार्थास्तु यान्यान्सा भोक्तुमिच्छति गर्भिणी ।
गर्भबाधभयात्तांस्तान्भिषगाहृत्य दापयेत् ॥-सुश्रुत.

"ગર્ભિણી જે જે પદાર્થોની ઈચ્છા કરે તે પદાર્થો ગર્ભબાધનો ભય દુર કરવા માટે તેને લાવી આપવા."

ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને ભાવાભાવ થાય છે, એટલે અમુક પદાર્થોની ઇચ્છા થાય છે, માટે તે તેને લાવી આપવા, એમ પ્રાચીન આર્ય વૈદ્યકના ગ્રંથોમાં ફરમાવેલું છે. **વાગ્ભટ્ટ** કહે છે કે, " ગર્ભનું હૃદય એટલે ચેતના સ્થાન માતાના હૃદયથી બનેલું છે તથા તે હૃદય ગર્ભવતી માતાના હૃદય સાથે જોડાયલું છે, અને ગર્ભને હૃદયની પ્રાપ્તિ ચોથા માસથી થાય છે, તે વખતથી તેણીને અનેક પ્રકારની વાંચ્છા ઉત્પન્ન છે. આ વાંચ્છા ગર્ભસ્થાનની અંદરનો ગર્ભ પોતાની માતા દ્વારા પ્રગટ કરે છે, અને તેથી ગર્ભિણીને દોહદ એટલે અમુક પદાર્થોની વાંચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે. તે વાંચ્છા પ્રમાણે પદાર્થો ગર્ભિણીને લાવી આપવાથી ગર્ભ બળવાન્ તથા દીર્ઘ આયુષ્યવાળો જન્મે છે, અને ગર્ભિણીના ભાવ પ્રમાણે નહીં આપવાથી ગર્ભ અપૂર્ણ અંગવાળો કે ખોડવાળો થાય છે અથવા ગર્ભપાત થઈ જાય છે." આ ઉપરથી ગર્ભિણી સ્ત્રીને **दौहृदिनी** એટલે બે હૃદયવાળી એવું નામ આપવામાં આવેલું છે; એક પોતાનું હૃદય અને બીજું ગર્ભનું હૃદય. લોકોમાં અને સ્ત્રીવર્ગમાં ઘણા કાળથી એવું મનાતું આવે છે કે ગર્ભિણીના ભાવ પુરા કરવાથી ગર્ભ સારો થાય છે.

પ્રાચીન આર્યવૈદક શાસ્ત્રકારોનો હેતુ એવો જણાય છે કે,

ગર્ભિણીને જે ભાવ થાય તે તેનો સ્વાભાવિક ભાવ હોવાથી પૂર્ણ કરવો જોઇએ; તેમાં જેટલી ન્યૂનતા રહે એટલી ગર્ભમાં પણ ન્યૂનતા રહે. પરંતુ ઘણીક સ્ત્રીઓને માટી, ઢેફાં તથા ઈંટાળા ખાવાનો ભાવ થાય છે. આવી વસ્તુઓ ખાય તો ગર્ભ સારો થાય અને ન ખાય તો ગર્ભ સારો ન થાય. એ વાત શું સંભવિત છે? એવી નઠારી અને નુકસાનકારક વસ્તુઓ ખાવાનો તેને ભાવ થાય તો શું તે વસ્તુઓ તેને ખાવા દેવી? આ પ્રશ્નો બહુ વિચાર કરવા જેવા છે. આર્ય વૈદકશાસ્ત્ર કહે છે કે ગર્ભિણીને જે ચીજ ખાવાની ઇચ્છા થાય તે તેને આપવી, એ જ વૈદકશાસ્ત્ર માટી, ઢેફાં તથા ઈંટાળા જેવી નઠારી વસ્તુઓ ખાવાની કદી પણ ભલામણ આપી શકે નહિ. આવી બે પરસ્પર વિરોધી વાતોનો ખુલાસો એટલો જ હોઈ શકે કે, સ્ત્રીને સારી વસ્તુઓનો કે નઠારી વસ્તુઓનો ભાવ ઉત્પન્ન થવો, તેનો તેણીની પ્રકૃતિ ઉપર તથા હમેશના ખાનપાનની ટેવો ઉપર આધાર છે. જે સ્ત્રીઓનું ખાવાપીવા સંબંધી નિત્યનું વર્તન સારૂં ન હોય અને ગમે તે મોંમાં ઓર્યા કરતી હોય, એવી સ્ત્રીઓને ગર્ભાવસ્થામાં ગમે એવી નઠારી વસ્તુ ખાવા પીવાની ઇચ્છા થાય, એ સંભવિત છે. ઘણું કરીને નિત્ય નિયમિત તથા સાદો ઉત્તમ ખોરાક ખાવાવાળી નિરોગી સ્ત્રીઓને સગર્ભાવસ્થામાં પણ સારી ચીજો ખાવાનો ભાવ થાય છે, તેમને નઠારી ચીજો ખાવાનો ભાવ થતો નથી. ગર્ભિણીને નઠારી ચીજો ખાવાનો ભાવ થાય ત્યારે એમ સમજવું કે તેની પ્રકૃતિ કાંઇ પણ રોગવાળી કે દોષવાળી છે અને ગર્ભ પણ એવા જ દોષવાળો છે. ઘણીક સ્ત્રીઓને સમજાવ્યા છતાં અને મના કર્યા છતાં તેઓ માટી વગેરે નઠારી વસ્તુઓ ખાધા કરે છે. કેટલીક અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ એમ માનતી જણાય છે કે ગર્ભવાળી અવસ્થામાં ગમે તે નઠારી ચીજ ખાવાની ઇચ્છા થાય તે પણ ખાવી જોઇએ અને તેથી ફાયદો છે, ને ન ખાવાથી નુકસાન છે. આવી હઠીલી સ્ત્રીઓને તેમની પ્રબળ ઇચ્છા વિરૂદ્ધ જો રોકવામાં આવે છે તો તેમનું મન વધારે નાઉમેદ અને ઉદાસ થાય છે અને તેનું પરિણામ ગર્ભના બાળક ઉપર નુકસાનકારક થાય છે, માટે એવી દુરાગ્રહી

અને હઠીલી સ્ત્રીઓને જે ખાવાની ઇચ્છા થાય તે તેને ખાવા દેવું: ગર્ભિણી સ્ત્રીની ઇચ્છાઓ પૂર્ણ કરવી અને તે જે ચીજ ખાવાની ઇચ્છા કરે તે તેને લાવી આપવી, અને તેથી ગર્ભિણીને તેમજ ગર્ભને ફાયદો છે, એવું પ્રાચીન આર્ય ઋષિઓનું કહેવું સત્ય છે, એવું માનીને પણ, એટલી વાત તો ખસુસ લક્ષમાં રાખવી કે, ગર્ભિણીને ગમે તે ભળતી ચીજ ખાઇ લેવાની ઇચ્છા થવી એ રોગી સ્થિતિનું એક લક્ષણ છે. માટે ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને આવી નઠારી ચીજો ખાવાની મુદ્દલ ઇચ્છા જ ન થાય, તેની અગાઉથી જ ખબરદારી રાખવી જોઇએ, અર્થાત્ તેમના શરીરમાં કે પ્રકૃતિમાં એવો કાંઇ પણ બીગાડ કે રોગ હોય તેનો પ્રથમથી જ ઉપાય કરીને તેને શરીરથી તથા મનથી નિરોગી અને વિકાર વિનાની બનાવવી જોઇએ.

મથાળે ટાંકેલ '**સુશ્રુત**' તથા '**વાગ્ભટ્ટ**' આદિ ઋષિઓના વચનોમાં **यान् यान् इंद्रायार्थान्** એટલે 'જે જે ઇન્દ્રિયના અર્થો' એ વચનોથી સ્વાદની ઇન્દ્રિની ખાવાપીવા સંબંધી ઇચ્છા ઉપરાંત, આંખ, કાન, નાક, ચામડી, વગેરે બીજી બધી ઇન્દ્રિઓને લગતા જોવાના, સાંભળવાના, સુંઘવાના, કે સ્પર્શ કરવાના પદાર્થોની ઇચ્છાનો પણ તેમાં સમાવેશ થાય છે. ગર્ભિણીને આ સર્વ ઇન્દ્રિયોના અર્થોની જે જે ઇચ્છા થાય તે અર્થો તેને પુરા કરવા, એવો તેમનાં વચનોનો ભાવાર્થ જણાય છે. આંખને તૃપ્ત કરવાના સુંદર દેખાવો કે સુંદર ચિત્રો, કાનને તૃપ્ત કરવાનાં મનોહર ગાયનો, નાકને તૃપ્ત કરવાના સુગંધી પદાર્થો, અને ચામડીને એટલે સ્પર્શથી સુખ આપવાવાળા મનગમતા પદાર્થો એ સર્વ ગર્ભિણીની ઇચ્છા પ્રમાણે પુરા પાડવામાં આવે તો બેશક ગર્ભિણી તથા ગર્ભ બન્નેને લાભ છે, અને નહિ પુરા પાડવામાં આવે તો એટલે અંશે ગર્ભમાં ન્યૂનતા રહે છે આગલા એક પ્રકરણમાં જણાવ્યા પ્રમાણે ગર્ભના બીજના સંસ્કારો પ્રમાણે ગર્ભને ઇચ્છાઓ થાય અને પોતાની માતાની ઇચ્છા મારફત ગર્ભ પોતાની એ ઇચ્છાઓ પ્રદર્શિત કરે તો તે સર્વ વાત સંભવિત છે.

નિત્ય નઠારી ચીજો ખાવાવાળી ગર્ભિણી સ્ત્રીને નઠારી ચીજો ખાવાની હેર થાય અથવા રેાગી સ્ત્રીને ગર્ભ અવસ્થામાં. તેની વિકારવાળી પ્રકૃતિ પ્રમાણે, નઠારી ચીજો ખાવાની ઇચ્છા થાય. એ તદ્દન સ્વાભાવિક છે, અને તેથી તે ચીજો તેને લાવી આપવાથી જ તેને સંતોષ થાય છે. જો સ્ત્રી પ્રથમથી જ વિકાર વિનાની તથા નિરેાગી હોય તેા તેને નઠારી ચીજની કદિ પણ ઇચ્છા નહિ થાય. તથાપિ, સલાહકાર ઉપચારકેા અને આસપાસના શાણા સંબંધીઓની ફરજ છે કે ગર્ભિણીને નઠારી ચીજો ખાવાપીવાની હેરમાંથી મુક્ત રાખવાનેા પ્રયાસ કરવેા. કેવી વસ્તુના ભાવાભાવ થવા; એ ગર્ભિણીની મૂળ પ્રકૃતિ ઉપર આધાર છે; તથાપિ, ખાવાપીવાની કોઈ પણ સારી ચીજની કે જોવા, સુંઘવા કે સાંભળવાની સુંદર વસ્તુની ગર્ભિણીને ઇચ્છા થાય તેા તે ઇચ્છા યથાશકિત પુરી પાડવી, એ જ આ સર્વ વાતનેા સાર છે.

પ્રકરણ ૩૫ મું.

ગર્ભ ઉપર માબાપના વિચારેાની અસર.

The whole of the function of reproduction and sex is quite as much mental as bodily. It relates as much to the brain cortex and the minds as to the organs of sex and generation. પ્રૉ. કલાઉસ્ટન.

પ્રૉ. કલાઉસ્ટન કહે છે કે 'બચ્ચાંઓની ઉત્પત્તિની અને જાતિની આખ ક્રિયા જેટલી શરીર સાથે સંબંધ રાખે છે એટલીજ મન સાથે સંબંધ રાખે છે. તે ક્રિયા નર તથા માદાના અવયવેા સાથે તેમ જ બચ્ચું ઉત્પન્ન કરવાની ક્રિયા સાથે જેઓ સંબંધ રાખે છે એટલેા જ સંબંધ ઉપલા ભેજા અને મન સાથે રાખે છે."

માનસશાસ્ત્રના વિદ્વાનેા (Psychologists) કહે છે કે, બધ

સૃષ્ટિ મનમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. એક પ્રાણીમાં નવો આકાર કે નવો અવયવ ઉત્પન્ન કરવામાં પણ મનની પ્રબળ અસર છે. માનસશાસ્ત્ર (Psychology) ના અભ્યાસીઓ જણાવે કે એક ચીજનો કે પ્રાણીઓ આકાર બનવો અથવા એક અવયવ ઉત્પન્ન થવો એનો ગુપ્ત મનશક્તિ ઉપર આધાર છે. કાર્યો અને વિચારો પ્રમાણે શરીરના ઘાટ અને મનની વૃત્તિઓ ઘડાય છે. ક્રૂર કામ કરનારાઓ પોતાનાં કામોથી જ વિકાળ બને છે. જાનવરો તથા મનુષ્યો જેવાં કાર્યો કરે છે તેવો આકાર તથા ઘાટ તેમને પ્રાપ્ત થાય છે. ક્રોધ અથવા ક્રૂરતાનું કામ કરતાં આપણો ચેહેરો ફરીને ક્રૂર બની જાય છે, અને દયા તથા શાંતિનું કામ કરતાં આપણો ચહેરો પણ દયાળુ એને શાંત બને છે, અને પછી લાંબા અભ્યાસથી એ ચેહેરો તથા એ પ્રકૃતિ હમેશને માટે ઘડાય છે. માણસો અને અન્ય પ્રાણીઓ પણ પોતાની પ્રસંગ પ્રસંગની સ્થિતિને બંધ બેસતાં સાધનો મેળવવાને ઇચ્છે છે અને એ ઇચ્છા પ્રબળ થતાં તેમને તેવાં સાધનો મળી રહે છે. પાળેલાં જાનવરો સુરક્ષિત અને શાંત હોવાથી તેમને પોતાનાં બચાવ થાટે મોટાં શીંગડાંની જરૂર પડતી નથી, પણ એ જ જાનવરો જો જંગલમાં જાય છે, તો ત્યાં તેઓ પોતાના બચાવ માટે મોટાં શીંગડાંની પ્રબળ ઇચ્છા કરે છે, અને તેથી તેમની ઓલાદને એવાં મોટાં શીંગડાં પ્રાપ્ત પણ થાય છે. પતંગીયાંને બીજા પક્ષીઓ ખાઈ જાય છે, માટે તેઓ ઝાડનાં પાંદડાંનો આશ્રય લે છે તથા પાંદડાંરૂપ થવાને ઇચ્છે છે, અને તેથી જ તેઓ આબેહુબ પાદડાંને મળતાં થઈ જાય છે. આવા સેંકડો દાખલા આપી શકાય. આ બધાં રૂપાન્તરો મનની ઇચ્છાથીજ થાય છે.

બચ્ચાંની ઉત્પત્તિના કાર્યમાં નર અને માદા એ બન્ને જાતિ જુદી છતાં કુદરત તેમને એક બનાવી દે છે, જેથી બન્ને જાતિ પોતાની સ્વાભાવિક અસર બચ્ચાંઓની ઉત્પત્તિમાં દાખલ કરે છે. આ સિદ્ધાન્તમાંથી એક બીજો સિદ્ધાન્ત એવો નીકળે છે કે, જેટલા અંશે બન્ને

જાતિ તનથી તથા મનથી એક થઇ જાય એટલે અંશે બચ્ચું શ્રેષ્ઠ થાય.

જ્યારે મનની તથા તનની સ્થિતિ સૌથી સારી હાલતમાં હોય છે, ત્યારે બચ્ચું ખૂબસુરત જન્મે છે. સંપૂર્ણ ખૂબસુરતી એમ બતાવે છે કે એ બચ્ચાની ઉત્પત્તિ વખતે માબાપના શરીરના બધા ભાગો અને અવયવો સમતોલ અવસ્થામાં હતા તથા તેમનાં મન સંપૂર્ણ પ્યારથી અને પવિત્રતાથી જોડાયેલાં હતાં.

ડૉ. સ્કૉફીલ્ડ આ સંબંધમાં એક દૃષ્ટાંત આપે છે કે, એક અંગ્રેજ ગૃહસ્થ બ્રાઝીલ દેશની એક સ્ત્રી સાથે પરણ્યો હતો, પણ તેનાથી કાંઈ છોકરાં થયાં ન હતાં, પણ તે પોતાની આ સ્ત્રીને અત્યંત ચહાતો હતો. તે સ્ત્રી મરી ગયા પછી વીશ વરસ રહીને તે ફરી એક બીજી યુરોપીયન સ્ત્રીને પરણ્યો. આ બીજી સ્ત્રીથી જે છોકરૂં થયું તે પેલી મરણ પામેલી બ્રાઝીલીયન સ્ત્રીના જ ઘાટનું ખુબસુરત થયું.

ડૉ. ફાઉલર કહે છે કે, 'એક વખત હું અને મારી સ્ત્રી ફરતાં હતાં એવામાં મારી સ્ત્રીએ ઘણાં જ સુંદર સ્વભાવનાં બે બાળકો જોયાં. આ બાળકો એવાં તો સુંદર અને વળી ખુશમીજાજી હતાં કે મારી સ્ત્રીને તેમનાં માબાપોને જોવાની ઇચ્છા થઈ. તપાસ કરતાં અમને માલમ પડ્યું કે તે બાળકોનાં માબાપો તો કોઇ રીતે સુંદર નહોતા પણ તેમનો પરસ્પર પ્યાર ઘણો જ દૃઢ હોવાથી જ તેમને એવાં સુંદર આનંદી બાળકો થયાં હતાં.

એક કાડાદાર અને સુંદર સ્ત્રી એક નાના બાળકને લઇને ડૉ. ફાઉલર પાસે આવી અને કહેવા લાગી કે, 'આ મારો દીકરો નથી કાંઇ ભણતો કે નથી રમતો; તે નબળો તથા ગજા વિનાનો (ઠીંગણો) રહેલો છે.' પુછપરછ કરતાં ડૉકટરને માલમ પડ્યું કે તે બાળકની મા જો કે મજબુત બાંધાની હતી છતાં તેણીમાં મુદ્દલ પ્યાર નહોતો તેથી તેનું બાળક તનમનથી પોષાયું નહોતું, અર્થાત્ શરીરથી અને મનથી ખામી વાળું રહ્યું હતું.

મંદ પ્યાર બચ્ચાના માંસરજ્જુઓને ઢીલા બનાવે છે; જુસ્સા-

વાળેા એટલે ઉલટ ભરેલેા શુદ્ધ પ્યાર બાળકના સ્નાયુઓને મજબુત બનાવીને મનના તંતુઓને પણ તેજદાર બનાવે છે. મારી ઓળખાણનેા એક માણસ જે સ્રીને પરણ્યેા હતેા તે સ્રી તે માણસની રૂચિ અને સ્થિતિને યેાગ્ય નહિ હતી. આથી તે સ્રી ઉપર તેનેા પ્યાર ઘણેાજ મંદ હતેા, અથવા ખરૂં કહીએ તેા તેના ઉપર અભાવ હતેા. તે સ્રીના સંબંધથી તેને બે ત્રણ દીકરા અને એકાદ દીકરી થઇ. પણ આ બધાં છેાકરાં ઓછા વધતા પ્રમાણમાં બદશીકલ હતાં, એટલું જ નહિ પણ તે બધાં મંદ બુદ્ધિનાં (મૂર્ખ જેવાં) થયાં અને સૌથી છેલ્લેા છેાકરેા થયેા તે તેા શરીરે લુલેા, બધા અવયવેાથી અપૂર્ણ બેાબડેા અને બાડેા હતેા. એ સ્રી મરી ગયા પછી જ્યારે તે સખ્સ પેાતાની ઇચ્છા પ્રમાણે બીજી સ્રીને પરણ્યેા ત્યારે તેના તરફના પ્યારને લીધે તે સ્રીથી જે છેાકરાં થયાં તે વધારે સુંદર તેમજ વધારે ચાલાક થયાં. માત્ર સ્રીનેા પ્યાર મંદ હેાય તેથી જ નહિ, પણ પુરૂષનેા પ્યાર મંદ હેાય તેથી પણ બદશીકલ, બુદ્ધિહીન અને દુર્બળ છેાકરાં થાય છે, અને આ દાખલામાં એમ જ બન્યું હતું.

ખરેા પ્યાર અને વિષયાસક્તિ એ બન્ને માનસિક શક્તિ છે. પણ એક શક્તિ (પ્યાર) જ્યારે મનના ઉમદા ગુણેાને ખીલવે છે અને શરીરને નીરેાગી તથા આનંદી બનાવે છે ત્યારે બીજી શક્તિ (વિષયાસક્તિ) એ કેવળ જાનવરી જુસ્સેા હેાવાથી માણસને જાનવરની અવસ્થામાં મૂકે છે. આ જાનવરી જુસ્સેા તૃપ્ત કરવાને માટે જ તેનેા જુસ્સેા ઉશ્કેરાય છે. માબાપેાના આવા જાનવરી હવસથી-વિષયાસક્તપણાથી–તે ગુણ છેાકરાઓમાં પણ ઉતરે છે. તેઓ કદરૂપાં બને છે અને શરીરથી અને મનથી નબળાં બને છે. ખરા પ્યારમાં મનની ઉંચી શક્તિઓનેા ઉપયેાગ થાય છે અને ખેાટા પ્યારમાં અથવા જાનવરી હવસમાં માત્ર શારીરિક જુસ્સેા જ કામ કરે છે; તેથી એવી જાનવરી વૃત્તિમાં રહેલા ગર્ભનું બાળક જાનવરી વૃત્તિઓ વાળું થાય છે.

એક ગૃહસ્થ ગાવા વગાડવામાં એટલેા બધેા શોખીન હતેા કે બીજા જેઓ એ વિદ્યા જાણતા નહેાતા તે મનુષ્યેા જ નથી એમ તે માનતેા હતેા. દૈવયેાગે જે સ્ત્રી સાથે તેનું લગ્ન થયું તે ગાયનનેા કકેા પણ જાણતી નહેાતી. પેાતાના પતિને ગાવા બજાવવાનેા આવેા છંદ જોઇને તે એવું ઇચ્છતી હતી કે મને મુદ્દલ છેાકરાં ન થાય તેા સારૂં, કેમકે તેને એવું લાગ્યું કે મને ગાવા બજાવવાનેા શોખ નહિ હેાવાથી મને જે છેાકરાં થશે તે પણ એ વિદ્યાથી અજ્ઞાન થશે, અને તેમના ઉપર મારા ધણીનેા પુરેા પ્રેમ કે કાળજી રહેશે નહિ. આવી ચિંતામાં તેને એવેા વિચાર સુજ્યેા કે હું પણ તે કળાનેા થેાડેા અભ્યાસ કરૂં. એવા વિચારથી તેણે વાજાની પેટી લીધી અને જેવું આવડયું એવું ગાવા બજાવવાનું શરૂ કર્યું. તેણીએ ધાર્યું કે મને તથા મારાં છેાકરાંને ગાવા બજાવવાનું આવડશે તેા મારેા ધણી ખુશી રહેશે. આ પ્રમાણે માનસિક તેમજ શારીરિક ગાયનનેા અભ્યાસ ચાલતેા હતેા તે દરમીઆન તેણીને ગર્ભ રહ્યેા અને તે પછી તેણીને જે બે બાળકેા થયાં તે જન્મથી જ ઉત્તમ ગાનારાં થયાં. આ પ્રમાણે, જો કે મા ગાયનકળામાં પ્રવીણ ન્હેાતી અને તેને ગાવા બજાવવાનું પુરૂં આવડતું પણ નહેાતું તેમ છતાં તેણીના મનની પ્રબળ ઇચ્છાથી તેનાં છેાકરાં તે કળામાં પૂર્ણ પ્રવીણ થયાં. ગર્ભાવસ્થામાં તેની વૃત્તિ ગાયન કળા તરફ લાગી તેનું આ પરિણામ હતું.

બાલ્ટિક નામના એક ગામડામાં એક છેાડી રહેતી હતી. તે પાંચ વર્ષની થઇ ત્યારથી જ તેણીને ગાયન વિદ્યાનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન થયું. તે વિલક્ષણ છેાડીને લખવા વાંચવાનું બિલકુલ જ્ઞાન નહેાતું; પણ ગાવા બજાવવાનું જ્ઞાન જન્મથી જ હતું, એ ખરેખરૂં આશ્ચર્ય જેવું હતું. આ સંબંધી વિચાર કરતાં પ્રથમ તેા એમ લાગશે કે જન્મથી જ આવું અસાધારણ જ્ઞાન હેાવામાં કાંઇ ઇશ્વરની ખાસ કૃપા કે દૈવેચ્છા હેાવી જોઇએ. પણ જરા વધુ વિચાર કરતાં સમજાશે કે એ છેાડીને આ જ્ઞાન તેની માતાએ ગર્ભાવસ્થામાં જ આપ્યું હતું, એટલે

કે જ્યારે એ છોડી તેની માતાના ગર્ભસ્થાનમાં હતી ત્યારે તેનાં માબાપની અને વિશેષ કરીને તેની માની ગાયન કળા તરફ ઘણી અભિરૂચિ તથા ચિત્તવૃત્તિ હતી, અને તેથી એ છોડીને ગર્ભમાંથી જ ગાયનકળાના સંસ્કારો તેણીની મા તરફથી મળ્યા હતા. માબાપોને જે જે વિદ્યાકળા તથા હુન્નરનો શોખ હોય છે, તે જ વિદ્યાકળામાં તેના બાળકો પણ પ્રવીણ થાય છે, એવું આપણે વારંવાર દેખીએ છીએ.

હેંબર્ગ શેહેર મધ્યે એક યંત્રકારે યંત્રોનું મોટું કારખાનું કાઢ્યું હતું. જે જાતનાં યંત્રોની લોકો માગણી કરતા તે જાતનાં યંત્રો તે પોતાની શોધક બુદ્ધિથી બનાવી આપતો હતો. એકવાર એક મોટી પૈસાદાર કંપની તરફથી એક નવા પ્રકારનું વરાળયંત્ર બનાવી દેવાનો તેને ઓર્ડર મળ્યો. આ કારીગર એ નવું યંત્ર તૈયાર કરવાના કાર્યમાં રાતદિવસ વિચાર તથા શ્રમ કરવા લાગ્યો. તેની સ્ત્રી પણ ઘણી બુદ્ધિવાળી હતા તેને પણ એમ લાગ્યું કે આવા મોટા યંત્રમાં મારા ધણીને ફતેહ મળશે તો દારિદ્ર દૂર થશે અને કીર્તિ પણ વધશે, તેથી તે પણ પોતાના ધણીની સાથે વારંવાર વિચાર કરવા બેસતી, અને સૂચના આપતી હતી આ પ્રસંગે તે સ્ત્રી ગર્ભવાળી હતી. નવ માસે તેણીને એક પુત્રી થઈ. તે ગર્ભમાં હતી ત્યારે તેણીને માબાપ તરફથી યંત્રશોધ સંબંધી પૂર્ણ સંસ્કારો મળ્યા હતા અને તે સંસ્કારોની ગર્ભમાંની આ બાળિકા ઉપર મજબૂત અસર થઇ હતી, તેથી તે છોડીમાં ગણિતશાસ્ત્ર તથા યંત્રશાસ્ત્ર સંબંધી સ્વાભાવિક જ્ઞાનનો ઉદય થયો હતો અને તે મોટી શોધક નીવડનાર હતી. પણ તેણીના માબાપ આ વાતથી અજ્ઞાન હતાં, તેથી તેમણે એ છોડીને તે કામમાં નહિ જોડતાં સાધારણ બીજાં ઘરના કામમાં ગોંધી રાખી. જો તે છોડીને આ યંત્રો બનાવવાના કામમાં જોડી હોત તો તેની બુદ્ધિની ખીલવટ થઇને તે ભવિષ્યમાં મોટી શોધક નિવડત.

ગર્ભધારણ વખતે તેમ જ ગર્ભાવસ્થામાં ગર્ભનું પોષણ કરતી વખત માબાપનું ધ્યાન જે જાતના રૂપ ઉપર રહે છે એવા રૂપવાળું

બાળક ઉત્પન્ન થાય છે. તેના પુરાવામાં એકાદ દાખલો આ નીચે ટાંકવામાં આવે છે:—**રોમ** શેહેરનો એક ન્યાયાધીશ કીંગણો અને વળી ખુંધો હતો. તેની સ્ત્રીને એક બચ્ચું આવ્યું તે એવું જ કદરૂપું અને ખુંધું આવ્યું. આ ઉપરથી બાપને ચિંતા થઇ કે આ પ્રમાણે થશે તો મારાં બધાં બચ્ચાં ખુંધાં અને બદશીકલ થશે. તે ડૉ. **ગેલન** પાસે સલાહ લેવા ગયો. ડાકટરે એવી સલાહ આપી કે બિછાનાની આસ-પાસ તેણે ત્રણ ન્હાનાં સુંદર પુતળાં રાખવાં, જેથી તેની સ્ત્રીની દૃષ્ટિમાં વારંવાર એ પુતળાં જ જોવામાં આવે. ડાકટરની સલાહ પ્રમાણે કરવામાં આવ્યું અને બીજું બચ્ચું વધારે ખુબસુરત જન્મ્યું.

એક માણસ એક બેંકમાં મોટા દરજ્જાની જગા ઉપર હતો અને આબરૂદાર કુટુંબનો હતો. દૈવકોપથી ધંધામાં નુકસાની લાગવાથી તેનું કુટુંબ પૈસેટકે નિર્ધન અને પાયમાલ થઈ ગયું. પોતાના કુટુંબની આવી છેક નિર્ધન અને દુઃખી હાલત તે સહન કરી શક્યો નહિ અને તેથી ખોટી સહી કરીને બેંકમાંથી નાણું ઉપાડવા લાગ્યો. બેંકમાં તે મોટો હોદ્દેદાર હોવાથી તેનો આ ગુન્હો કોઇના જાણવામાં આવ્યો નહી. પણ આ આબરૂદાર માણસનું અંતઃકરણ પોતાના આ અપરાધ માટે ડંખ્યા કરતું હતું અને એવા વખતમાં તેની સ્ત્રીને ગર્ભ રહ્યો. તે બાળક મોટું થતાં જ્યારે તે નિશાળે જવા લાગ્યું ત્યારે ત્યાં બીજાં છોકરાંઓની ચોપડીઓ વગેરે ચીજો ચોરી લે અને કાંઇ શીખે નહિ, તેથી તેના માસ્તરે તેનાથી કંટાળીને તેના બાપને બોલાવી તેની આ વર્ત્તણૂંકની બધી વાત કરી. તેનો બાપ આંખમાં આંસુ લાવીને તથા બેંકવાળા પોતાના ગુન્હાનો એકરાર કરીને બોલ્યો કે, 'માસ્તર, મારો આ ગુન્હો આજ સુધી કોઇ જાણતું નથી, પણ ઇન-સાફી ઇશ્વરે મારા પાપના બદલામાં આવો બાળક મને આપ્યો છે, કે જે શિક્ષા મારે હવે સહન કરવી જોઇએ. મેં મારી આખી જીંદગી પ્રમાણિકપણે ગુજારી છે, પણ આપત્તિના સમયમાં મારે એમ કરવું પડ્યું હતું. મારો પ્રથમનો પુત્ર હુશિયાર અને સદ્‌ગુણી છે,

પણ મારા પાપી અંતઃકરણ વખતે આ છોકરો ઉત્પન્ન થયેલો હોવાથી તે આવો નીવડયો છે.” ગર્ભાધાનના સમય ઉપર પિતાએ પણ સદાચારી અને સારી વૃત્તિવાળા રહેવું જોઇએ. જો એ સમય ઉપર વૃત્તિ નઠારી હોય તો તે વખતના વિકારી વીર્યથી જે બાળક અવતરે તે વિકારી અને દુર્ગુણી થાય, તેને માટે આ બેંકના અમલદારનો દાખલો બહુ અસરકારક છે.

સગર્ભાવસ્થામાં માતાના મનની છાપ બાળક ઉપર કેવી મજબૂત પડે છે, તેને માટે **નેપોલિયન બોનાપાર્ટ** બાદશાહનો દાખલો પ્રસિદ્ધ છે; **નેપોલિયન** જ્યારે તેની માતાના ગર્ભસ્થાનમાં હતો ત્યારે તેની માતા પોતાના પતિની સાથે લડાઈના ક્ષેત્રમાં હતી અને લગભગ આખી ગર્ભાવસ્થામાં તે પતિની સાથે લડાઇના મેદાનમાં જ રહી હતી અને લડાયક યોજનામાં ભાગ લેતી હતી. તે નિરંતર ઘોડા ઉપર બેસીને ફરવાનો શોખ ધરાવતી હતી તેથી તે ઘણી જ ચાલાક, ચપળ, બળવાન, અને બહાદુર હતી. તે પોતાના પતિની સાથે નિરંતર જોખમવાળી સ્થિતિમાં રહેનારી હોવાથી સંકટ અને સાહસનાં કામો ઉઠાવવામાં નિડર હતી, એટલું જ નહિ પણ તેમાં તેને આનંદ મળતો હતો. માતાપિતાના મનની આવી સ્થિતિમાં તે સ્ત્રીને ગર્ભ રહ્યો હતો અને તેથી જ **નેપોલિયન** હીમત બહાદુર, અતુલ પરાક્રમી, અને અતિ મહત્વાકાંક્ષી નીવડયો હતો, અને આખા યુરોપને ધ્રુજાવી શકયો હતો ! ગર્ભાવસ્થામાં માતાના શરીરની તથા મનની અસર ગર્ભ ઉપર કેવી અદ્ભુત અસર કરી શકે છે, તેને માટે **નેપોલિયન**નું દૃષ્ટાંત નિરંતર સ્મરણમાં રાખવા જેવું છે.

કવિ બર્ન્સ એનું દૃષ્ટાંત આ ઠેકાણે બંધબેસતું થઇ પડે એવું છે. સ્કૉટલાન્ડ દેશના આ કવિની મા છેક ગરીબ કુટુંબમાં જન્મેલી હતી, પણ તેનામાં અનેક સદ્ગુણો હતા. તેણીના મનનું સમતોલપણું ઘણું વિલક્ષણ હતું. તેણીના ધર્મ સંબંધી વિચારો ઘણા ઉંડા અને સ્થિર હતા. તેણીને ઘણાં સુંદર ગીતો આવડતાં હતાં. તે ગીતો

ગાઇને પોતાનો ફુરસદનો વખત મોટા આનંદમાં પસાર કરતી હતી; તેણીનો ચહેરો તેજસ્વી હોઇને તેના ઉપર બુદ્ધિની સ્પષ્ટ રેખાઓ દેખાતી હતી. તે કોઇ પણ માણસના સ્વભાવની પરીક્ષા અચૂક કરી શકતી હતી. કવિ બર્ન્સનો પિતા **વિલ્યમ બર્ન્સ** મોટો ધર્મનિષ્ઠ હતો. તેનું પોતાનું વર્ત્તન ઘણું જ શ્રેષ્ઠ નીતિમય અને ધાર્મિક હોવાથી તે પોતાના બાળકોને ફુરસદના વખતમાં ધર્મનું જ શિક્ષણ આપતો હતો. તે પોતાના આચારમાં વિચારમાં કે વાણીમાં જરા પણ દાંભિકપણું નહિ રાખતાં જેવું બોલતો તેવું આચરણ કરતો. તેનું કુટુંબ ઇશ્વિર ભક્તિમાં પરાયણ હોવાથી અઠવાડીઆમાં અમુક દિવસે જ નહિ પણ નિત્ય નિરંતર ઇશ્વર પરાયણ રહેતું હતું. આવા ઇશ્વિર પરાયણ પિતાના આચાર વિચારનું સારૂં પરિણામ બર્ન્સ કવિની બુદ્ધિ ઉપર થયા વિના કેમ રહે! તેણે ભક્તિરસનાં ઉત્તમ કાવ્યો બનાવ્યાં.

એક વિદ્વાન સ્ત્રીલેખકે આ સંબંધમાં બે સ્ત્રીઓનાં ઉદાહરણો આપ્યા છેઃ—એક સ્ત્રી છેક આળસુ, નિરૂદ્યોગી તથા જડ બુદ્ધિની હતી. તેણીને માનસિક એટલે બુદ્ધિનું એક પણ કામ બરાબર આવડતું નહોતું. તે નિરંતર ઘેર બેસી રહેતી અને બહુ તો ઘેર બેઠી બેઠી શૃંગારરસનાં ગીતો ગાયા કરતી. આ સ્થિતિમાં તેણીને જે એક છોડી થઇ તે તેની માના જેવી જ આળસુ અને જડબુદ્ધિની થઈ. એક બીજી સ્ત્રી તેનાથી ઉલટા સ્વભાવની એટલે આનંદી તથા શારીરિક અને માનસિક શ્રમ કરવામાં ઉત્સાહવાળી ઉદ્યોગી હતી. ફરવું તથા ઘોડા ઉપર સ્વારી કરવી વગેરે કસરતનો પણ તેણીને શોખ હતો. તે એક ઘડી પણ કામથી નવરી પડતી નહોતી. તે પ્રાતઃકાળમાં વહેલી ઉઠતી, જલદી જલદી ઘરનું કામકાજ આટોપી લેતી અને પોતાનો ધણી વર્ત્તમાનપત્રો વાંચે તે સાંભળવાને પણ હાજર જ હોય. તેનો ધણી ઑફીસમાં જતો ત્યારે ત્રણ માઇલ સુધી તેની સાથે જતી. ત્રીજે પહોરે ઇતિહાસના ગ્રંથો વાંચતી અને સાંજે કસરતના ખેલ ખેલવા જતી હતી. નવરાસનો વખત વાંચવામાં,

શીવવામાં અને વીણવામાં ગાળતી. આવી ઉદ્યોગી સ્થિતિમાં તેણીને એક પુત્રી થઇ તે પણ એના જેવી ઉત્સાહી, તીક્ષ્ણ બુદ્ધિની તથા ચપળ હતી. ગર્ભાવસ્થામાં માતાનું મન તદ્દન શાંત અને ચિંતા રહિત રહેવું જોઇએ. એ વાતથી પિતા માહેતગાર હોવાથી તેણીનું મન દુઃખાય કે તેણીને ત્રાસ થાય એવું એક પણ કૃત્ય કર્યું ન હતું. મા તથા બાપ બન્ને ઉદ્યોગી અને બુદ્ધિશાળી હોય તો તેનાં છોકરાં પણ ઉદ્યોગી તથા બુદ્ધિશાળી થાય, તેને માટે આ દૃષ્ટાંત બસ છે.

એક સ્ત્રીને તેના ધણી સાથે કંકાસ તથા કજીઓ થયો, તેથી કેટલાક વખત સુધી તેણીએ પોતાના ધણી સાથે અબોલા રાખ્યા. તે વખતે તે સગર્ભા હતી. તેણીને જે છોકરો થયો તે બીજે સર્વ ઠેકાણે તથા બીજા સર્વની પાસે હસે, બોલે તથા ખેલે, પણ તેના બાપના ખોળામાં તેને મુકવામાં આવે કે તેનું હસવું, બોલવું કે ખેલવું બંધ થાય. તે છોકરો પાંચ વર્ષનો થયો ત્યાં સુધી તેના બાપે તેને હસાવવા બોલાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો, પણ વ્યર્થ ગયો. સર્વ રીતે નિરાશ થયા પછી તેના બાપે તે છોકરાને એકવાર એવો ડર બતાવ્યો કે મારી સાથે નહિ બોલવાનો તારો હઠ કાયમ રાખીશ તો હું તને ખૂબ શિક્ષા કરીશ. તેને ઘણો માર માર્યો, તોપણ તે છોકરાના મોંમાંથી એક શબ્દ પણ નીકળ્યો નહિ. બોલાવવાનો પ્રયાસ કરે ત્યારે તે છોકરો તેના બાપ પાસે મનમાં મુંઝાયા કરે અને નિશ્વાસ નાખ્યા કરે. આ અને બીજાં દ્રષ્ટાંતોથી ખાત્રી થવી જોઇએ કે ગર્ભની તૈયારીના સમયમાં તથા ગર્ભધારણના સમયમાં માતા તથા પિતાના મનની સ્થિતિ જેવી સારી કે નઠારી હોય તેવી જ સારી કે નઠારી વૃત્તિનું બાળક થાય છે, માટે માબાપોએ આ વાત ખાસ કરીને લક્ષમાં રાખવી અને તે પ્રમાણે વર્ત્તન રાખવાનો પ્રયાસ કરવો.

જીસસ ક્રાઇસ્ટ, કબીર અને **બુદ્ધ** જેવા મહાત્માઓ એમની માતાઓના સદ્વર્ત્તનનાં જ ફળ હતાં. કબીરની મા મુસલમાન અને બાપ વણકર. એવા દેખીતા હલકા સંબંધથી થનાર પુત્ર તત્વજ્ઞાની

અને મહાત્મા થશે. એવું કોણ ધારી શકે? પણ ઘણીવાર ગરીબ હલકાં કુટુંબોમાં જેવાં રત્નો પાકે છે, એવાં શ્રીમંત કુટુંબોમાં પાકતાં નથી. **કબીર** અને **ઇસુ** તે વાતનાં પ્રસિદ્ધ દૃષ્ટાંતો છે. દૈવયોગથી કે અકસ્માત્ કાંઇ પણ બનતું નથી. તત્વજ્ઞાની કબીરના જન્મ માટે તેનાં ગરીબ માબાપોને ધન્યવાદ આપ્યા વિના ચાલે તેમ નથી. એક કુમારિકાથી જન્મેલ **જીસસ** પરમેશ્વરનો પુત્ર મનાયો! એક કુંવારી કન્યાથી જન્મેલો પુત્ર હાલ આપણા સંસારમાં અધમમાં અધમ અને નીચ પ્રાણી ગણાય છે; પણ **ઇસુ** દેવ તરીકે પૂજાયો! શા માટે? તેનામાં ઇશ્વરના જેવા સર્વોત્કૃષ્ટ ગુણો હતા. સાધુતા, ક્ષમા, દયા, આત્મભાવ ઇશ્વિ-ના ઉપર પૂર્ણ શ્રદ્ધા. ઇત્યાદિ તેના ગુણોએ આખા જગતને વશ કર્યું. ઇસુમાં આ દૈવી ગુણોનો ઉદય તેની કુમારી પણ વિશુદ્ધ માતા **મરીયમ**ની કુખમાં થયો હતો! ઑક્સફર્ડની યુનિવર્સીટી કે હરદ્વારનું ગુરૂકુળ પણ **ઇસુ** અને **બુદ્ધ** જેવા મહાત્માઓને પેદા કરવાને સમર્થ નથી. તેઓ તો તેમની માતાઓના ઉદરમાં જ પાકી શકે છે.

મહાત્મા બુદ્ધની માતા અત્યંત દયાળુ હૃદયની હતી. પોતાની રૈયતને જુલમથી અને કરોના બોજાથી કચરાએલી જોઇને તેનું હૃદય દયાથી ભરાઇ આવતું હતું. પોતાની પ્રજાનાં આ દુઃખો ટાળવાના ઉપાયો સંબંધી વિચારો તેના હૃદયમાં નિરંતર થયા કરતા હતા. આ વિચારો તેણીના અંતઃકરણની ઉંડી છાપના હોવાથી તે વિચારો તેણીના રોમેરોમ વ્યાપી ગયા હતા. માતાની આવી દયાર્દ્ર લાગણીની વચમાં મહાત્મા બુદ્ધનો ગર્ભ રહ્યો હતો. આ દયાળુ માતાના આ દૃઢ સંસ્કારો ગર્ભની અંદરના બાળકમાં મજબુતપણે પડયા. ગર્ભમાં મળેલા આ સંસ્કારો પછીથી વધારે વિકાસ પામ્યા અને બુદ્ધને અપ્રતિહત વૈરાગ ઉત્પન્ન થયો. બુદ્ધની માતાએ પોતાના ગર્ભમાં આ સંસ્કારો જાણીબુજીને નાખ્યા નહોતા. તે સ્વપ્નમાં પણ ઇચ્છતી નહોતી કે મારો પુત્ર રાજ્યપાટ છોડીને ચાલ્યો જાય; તથાપિ માતાના હૃદયમાં

જે દયાના વિચારો ઉદય પામ્યા હતા, તેનો દૃઢ સંસ્કાર ગર્ભના બાળકમાં પડ્યો અને તે સંસ્કાર પૂર્ણ વૈરાગમાં ખીલી નીકળ્યો! જગતનું દુઃખ જોઇને બુદ્ધ દુઃખી થયો અને એ દુઃખ શી રીતે ટળે તે શોધવાને તે પોતાની સ્ત્રી, માતાપિતા, સંબંધીઓ અને રાજપાટ તજીને જંગલમાં ચાલી નીકળ્યો! શું બુદ્ધને આ શિક્ષણ જન્મ પછી મળ્યું હતું? એવું એક પણ શિક્ષણ બતાવશો કે આવા તીવ્ર વૈરાગ્યને ઉત્પન્ન કરી શકે? બુદ્ધને આ શિક્ષણ ગર્ભાવસ્થામાં તેની દયાળુ માતા તરફથી જ મળ્યું હતું. ગર્ભના સંસ્કારો બાળક ઉપર કેવી પ્રબળ અસર કરે છે તેને માટે બુદ્ધનું ચરિત્ર એક ઘણું જ અસરકારક દૃષ્ટાંત થઇ પડ્યું છે.

ઉત્તર અમેરિકાના કેનેડા પ્રાંતમાં એક છોકરો હડહડતું જુઠું બોલનારો નીવડ્યો હતો. એક દિવસ તેના બાપે તેનું જુઠાણું પકડી તેને શિક્ષા કરવા માંડી, ત્યારે તે છોકરે તેના બાપને પૂછ્યું કે, બાપા, તમે નાના હતા ત્યારે કોઇ દિવસ જુઠું બોલ્યા હતા? પુત્રના આ પ્રશ્નથી પિતાને ઘણું લાગી આવ્યું અને પ્રશ્નને ઉડાડવાનો પ્રયાસ કર્યો; પણ તે છોકરાએ આગ્રહથી ફરીથી પૂછ્યું. બાપે ઉત્તર આપ્યો કે ના. હું જુઠું બોલ્યો નથીઃ પણ તું આ પ્રશ્ન શા માટે પૂછે છે? છોકરે વળી ફરીથી પૂછ્યું કે, જ્યારે મારી મા નાની હતી ત્યારે તે જુઠું બોલી હતી? બાપે ઉત્તર આપ્યો કે તે વાતની મને ખબર નથી, તારી માને પૂછ. છોકરાએ કહ્યું કે તમારા બેમાંથી એક પણ જુઠું બોલનાર હોવું જોઇએ. જો તેમ ન હોય તો તમારે ત્યાં જુઠું બોલનાર છોકરો જન્મે જ નહિ. માબાપોને માટે આ દૃષ્ટાંત કેટલું બધું ધડો લેવા લાયક છે! પોતાનાં છોકરાં દુષ્ટ દુર્ગુણી થાય છે તેને માટે માબાપો તે છોકરાંના દોષ કાઢ્યા કરે છે તથા તેમને ધમકાવે છે અને શિક્ષા કરે છે. પણ આ દૃષ્ટાંતમાં પુત્રે તેના પિતાને કહ્યું તેમ, છોકરાંના સર્વ દુર્ગુણો માટે તેમનાં માબાપો જ જવાબદાર છે! એ દુર્ગુણોના શિખવનાર માબાપો પોતે જ છે. માબાપો! તમારાં છોક-

। સદ્દગુણી બનાવવાં હોય તો તમો પોતે એવા થાઓ અને ખાસ
ને ગર્ભમાં એવા સારા સંસ્કારો નાખો.

તમારા કુટુંબમાં અને તમારા પડોશીઓના ઘરમાં જુવાન છોક-
મો અનેક પ્રકારના કુછંદમાં પડેલા તમો દેખો છો. તમો ધારો
કે એ છોકરાઓ આ બધા દુર્ગુણો બહારના કુસંગથી શીખી
ને છે. હું ધારૂં છું કે આ તમારૂં માનવું ઘણે ભાગે ખોટું હોય
કેટલાક છોકરાઓ નઠારી સોબતથી નઠારાં આચરણો અને નઠારાં
સનો શીખી લાવતા હશે, પણ દુરાચરણી છોકરાંઓની મોટી
ચા એ દુરાચરણો કે વ્યસનો પોતાનાં માબાપો પાસેથી જ શીખેલાં
ય છે. માબાપો એમને શીખવતાં નથી કે તમે આવાં દુરાચરણોથી
જો કે આવાં વ્યસનો કરજો, પણ તેઓ પોતાના દુરાચરણી
ણોથી કે દુરાચરણી વિચારોથી તથા વ્યસનોથી પોતાનાં બાળકોમાં
વા નઠારા સંસ્કારો નાખે છે, અને એ સંસ્કારો સગર્ભાવસ્થામાં
ણા જ દઢપણે પડે છે. માતાઓ ! તમે તમારા છોકરાને ‘ મારો
ો’ એવાં હલકાં વચનનો પ્રહાર કરીને તેને જે દુર્ગુણ માટે ધમ-
ો છો અને બળાપો કરો છો તે દુર્ગુણનું બી વાવનાર તમો પોતે જ
. તમારે હાથે જ કાંટાનું ઝાડ વાવ્યા પછી તમને કાંટા વાગે છે
ારે તમે બાવળને ‘ રડયો ’ અને ‘ રોયો ’ કહીને ગાળો દો છો, એ
ંનો ઇનસાફ ?

એક ઇનસાફની અદાલતમાં એક માણસને ખૂનના અપરાધ
ટે હાજર કરવામાં આવ્યો. કેટલાક દિવસ સુધી કામ ચાલ્યા પછી
રીએ તેને અપરાધી ઠરાવ્યો. ન્યાયાધીશે ફાંસીની શિક્ષા ફરમાવતાં
લાં તે અપરાધીને પુછ્યું કે ‘ તારે તારા બચાવ માટે કાંઇ કહેવું
? ’ કેદી શરીરે અને આકૃતિમાં દેખાવડો હતો. તે ગદ્દગદ્દ સ્વરથી
યાધીશ તરફ દૃષ્ટિ કરીને બોલ્યો કે, “ હું અપરાધી છું અને
તની શિક્ષા વિના બીજી કોઇ પણ શિક્ષાની હું આશા રાખતો
ી; કેમકે મારા આખા જીવનમાં મેં સેંકડો પાપો કર્યાં છે. જુવા-

નીમાં કરેલા અનેક ગુન્હાઓ માટે મને સેંકડોવાર પકડવામાં આવ્યો છે. મેં દુરાચરણ ભરેલું દુષ્ટ જીવન જ ગાળ્યું છે. મેં બધી જાતના ગુન્હા કર્યા છે. જુઠું બોલ્યો છું, ચોરીઓ કરી છે, ખોટા દસ્તાવેજો કર્યા છે, અને છેવટ આ ખૂન પણ કર્યું છે. આટલા બધા મારા ગુન્હાઓ છતાં મને ફાંસીની શિક્ષા કરવી જોઇતી નથી; કારણ કે મેં ગણાવેલા આ બધા ગુન્હાઓ પૈકી એક પણ ગુન્હો મેં જાણી બુજીને મારી ઇચ્છાથી કર્યો નથી. મારામાં મારાં માબાપો તરફથી જ દુષ્ટતા મને વારસામાં મળી છે, અને હજુ સુધી તે મારામાંથી ગઈ નથી. તે ટાળવાનો મેં ઘણો પ્રયાસ કર્યો છે. આ મારા દુર્ગુણો-માંથી છુટો કરવાની મેં પરમેશ્વરની પણ ઘણીવાર પ્રાર્થના કરી છે. પણ એ દુર્ગુણો મારામાં જડ ઘાલી બેઠા છે. અરે ! મને વારસામાં આવી ભ્રષ્ટ બુદ્ધિ આપનાર મારો બાપ કયાં છે ? આવા દુર્ગુણોને પોષનાર અને મારા અંતઃકરણમાં એ દુર્ગુણોનાં ઉંડાં મૂળ નાખનાર મારી મા કયાં છે ? મારા શરીરમાં ફાલીફુલીને મોટા થયેલા જે દુર્ગુણોએ આજ આ ખૂન મારા હાથથી કરાવ્યું છે, તે દુર્ગુણોનાં બી મારાં માબાપોએ જ મારામાં રોપ્યાં હતાં ! માટે ફાંસીની શિક્ષા મને નહિ પણ મારાં માબાપોને જ થવી જોઇએ ! મને તે શિક્ષા નહિ જ થવી જોઇએ. મારા બચાવ માટે આથી વિશેષ કાંઈ પણ મારે કહેવું નથી ! ” કાયદો આવો બચાવ સ્વીકારતો નથી, તેથી આ અ-પરાધીને બેશક ફાંસીને લાકડે લટકવું પડયું ! પણ ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્ર અને આ પુસ્તકમાં બતાવેલા નિયમો વાંચીને તમારૂં અંતઃકરણ શું ઇન્સાફ આપશે ? શું આ માણસ ખરેખર ગુન્હેગાર છે ? ગુન્હો કરનારા માણસો તેમની દુષ્ટ વૃત્તિઓને પરાધીન બનેલા હોય છે અને તેથી તેઓ ખરેખરી રીતે દયાને જ પાત્ર છે. ખરૂં જોતાં, એ દુષ્ટ વૃત્તિઓનો વારસો આપનારાં અથવા દુષ્ટ સંસ્કારો નાખનારાં માબા-પો જ આવા અપરાધો માટે જવાબદાર છે ।

ગર્ભાવસ્થામાં સ્ત્રી જેવા રંગની ચાહના કરે છે અથવા જેવા

ંગ તરફ તેનું ચિત્ત વારંવાર ખેંચાય છે તેવા રંગનું બાળક થાય છે, ગોરી મડમને હબસી જેવું કાળું અને હબસણને ગોરૂં બાળક થાય છે, તે મનની અસરનું જ પરિણામ છે. એક યૂરોપીઅન સ્ત્રીના ારમા સીધીનું ચિત્ર હતું. તે ચિત્રના કાળા કરચલીવાળા વાળ તે મડમને બહુ પસંદ પડવાથી ગર્ભાવસ્થામાં તેનું લક્ષ વારંવાર એ ચિત્ર-ાળા સીધાના વાળ તરફ ખેંચાવાથી તેને જે બાળક અવતર્યું તે ીધા જેવું કાળું અવતર્યું. જનાવરો ઉપર આવા અખતરાઓ કરીને મા વાતનો નિર્ણય કર્યો છે; માત્ર કલ્પિત વાતો નથી. લશ્કરો માટે ઘણીવાર એક જ રંગના ઘોડાઓ તૈયાર કરવા માટે બચ્ચાંનું ીજ ઉત્પન્ન કરતી વખતે ઘોડા તથા ઘોડીની આંખ આગળ એક જ રંગનો પડદો ધરવામાં આવે છે અને તેમ કરવાથી તે જ ંગના વછેરા જન્મે છે.

બોસ્ટન શહેરમાં એક ધણીધણીઆણીએ ઘણી તપાસ કરીને એક અતિ સુંદર બાળકનું ચિત્ર શોધી કાઢ્યું અને તે ચિત્ર પોતાની સ્ત્રીની દૃષ્ટિમાં વારંવાર આવે એવે સ્થળે ભીંત ઉપર ટાંગ્યું. ગર્ભા-ાસ્થામાં આ સ્ત્રીએ પેલા સુંદર બાળકના ચિત્ર ઉપર ચિત્ત લગાડ્યું અને એ ચિત્ર સંબંધી જ ખ્યાલ કર્યા કર્યો તથા પોતાને એવું જ સુંદર બાળક થાય એવી પ્રબળ ઇચ્છા કર્યા કરી, તેથી ખરેખાત તેને માબેહુબ એવું સુંદર બાળક અવતર્યું.

બ્રહ્મચર્ય પાળીને મન, વચન તથા કૃત્યથી શુદ્ધ પવિત્ર જીવન ાળનારાં જોડાંઓને જે પ્રજા થાય છે તે બહુધા સુંદર અને નિરોગી ાય છે. તથાપિ તેઓ પણ ગર્ભાધાન પહેલાં તેમજ ગર્ભસ્થાનમાં ાઇ એકાદ અતિ સુંદર ચિત્રને કે ફોટાને પોતાની દૃષ્ટિ આગળ રાખે અને તે તરફ નિત્ય લક્ષપૂર્વક નિહાળ્યા કરે તો તેમનાં બાળક વળી વિશેષ સ્વરૂપવાળાં થાય છે. જેવી જેની કલ્પનાશક્તિ તથા જેવા ેના મનના ઉત્તમ ભાવો તે પ્રમાણે સુંદર આકૃતિ સાથે દેવો સરખા ત્તમ અવતારી પુરૂષોની મૂર્તિઓ કે આકૃતિઓ દૃષ્ટિ પાસે રાખીને

તેમના ઉત્તમ ગુણોનું પણ અંતઃકરણમાં સ્મરણ તથા ધારણ કરવું, આવી મૂર્તિઓ તથા છબીઓ વારંવાર જોવી, વારંવાર નિહાળવી, તેના રૂપની વારંવાર પ્રશંસા કરવી, અને તે પુરૂષોના ગુણનું વારંવાર સ્મરણ કરવું. આવો અભ્યાસ રાખવાથી જરૂર એવા જ સુંદર આકારનું અને ઉત્તમ ગુણનું બાળક થશે.

એક ગૃહસ્થે ભીંત ઉપર એક સુંદર કુમારિકાનું ચિત્ર લટકાવ્યું હતું. તેને મળવા આવનાર એક માણસે તે ચિત્ર જોઇને કહ્યું કે તમારી જે પુત્રીને મેં હમણાં જોઇ તેનું આ આબેહુબ ચિત્ર છે; તેનો ચિતારો બહુ જ કુશળ જણાય છે. તે ઘરધણીએ ખુલાસો કર્યો કે આ ચિત્ર મારી પુત્રીનું નથી પણ આ ચિત્ર પ્રમાણે મારી પુત્રી તેની માતાના ઉદરમાં ઉત્પન્ન થઇ છે. આટલા ખુલાસાથી તે ગૃહસ્થ સમજી શક્યો નહિ. ઘરધણીએ વધારે ખુલાસો કર્યો કે મારી આ પુત્રી જ્યારે ગર્ભમાં હતી ત્યારે તેની માએ આ ચિત્રનું અતિ એકાગ્ર ચિત્તથી ધ્યાન ધર્યા કર્યું હતું તથા આવી જ સુંદર પુત્રી થાય એવી તેણે પ્રબળ ઇચ્છા કરી હતી; જેથી તેના ઉદરમાં જ આ ચિત્ર પ્રમાણે આબેહુબ મારી પુત્રીની આકૃતિ તૈયાર થઈ છે.

એક ઇટાલીયન સ્ત્રીએ પોતાની બેનપણીના એક પુત્રને પોતાને ત્યાં સાચવવા રાખ્યો હતો. આ છોકરાની વર્ત્તણુક એટલી બધી ઉત્તમ હતી કે તે સ્ત્રી તેને અત્યંત ચહાતી હતી. સ્વાભાવિક રીતે જ તેના ઉપરના ભાવ તથા પ્યારને લીધે તે સ્ત્રી પોતાની બહેનપણીના આ પુત્રનું વારંવાર સ્મરણ તથા ચિંતવન કર્યા કરતી હતી અને તેના પરિણામે તે સ્ત્રીને પોતાને જે પુત્ર થયો તે રૂપે, રંગે અને સ્વભાવે તે છોકરા જેવો જ થયો. આ બે છોકરાને જોઇને કોઇ એમ જ માનતું કે તે બે સગા ભાઈ હશે.

છોકરાં ચીડીઆ સ્વભાવનાં થાય છે, તે તેમની માતાઓના દોષથી જ થાય છે. જે માતાઓ સગર્ભાવસ્થામાં ચીડીઆ સ્વભાવની હોય છે અને ફિકર, ક્રોધ અથવા ઉદાસીનતામાં રહે છે તેમનાં છોકરાં

ચીડીઆં, ક્રોધી અગર ઉદાસીન થાય છે. જે માતાઓ ગર્ભવસ્થામાં આનંદમાં અને હસમુખી રહે છે તેમનાં છોકરાં આનંદી અને હસમુખાં થાય છે. ચીડીઆ સ્વભાવનાં છોકરાંને ઉછેરવામાં માબાપોને અત્યંત ત્રાસ તથા કંટાળો થાય છે, પણ તેમણે નક્કી સમજવું જોઇએ કે તેમણે પોતે જ પોતાને હાથે એવાં ચીડીઆં છોકરાં પેદા કર્યાં છે! ચીડીઆં, કજીયાળાં, હઠીલાં, રોકણુ, તથા ક્રોધી છોકરાંથી આખુ કુટુંબ કે ઘર કાયર કાયર થઇ જાય છે, અને બીલકુલ શાંતિ કે સુખ મળતું નથી. તમે ઘણાંક કુટુંબોમાં આવી અશાંતિ અને આવું ધાંધલ નિરંતર ચાલતું જુઓ છો. આવી શાંતિ તથા કલેશને દૂર રાખવો હોય તો ગર્ભાધાન પુર્વેથી જ માતાઓએ પોતાનો સ્વભાવ આનંદી અને શાંત રાખવાનો પ્રયાસ કરવો, અને સગર્ભાવસ્થામાં ખાસ કરીને આનંદમાં તથા સુખશાંતિથી રહેવું, જેથી તેમનાં બાળકો જરૂર આનંદી અને શાંત સ્વભાવનાં થશે. કુટુંબમાં કલેશના, શોકના, અને ક્રોધના અનેક બનાવો બન્યા કરે છે, પણ ગર્ભિણી સ્ત્રીએ એવા બનાવો તરફ લક્ષ આપવું નહિ; ગમે તે હાનિ થાય તોપણ તેણે આનંદમાં જ રહેવું. પોતાને કાંઇ દુઃખ છે એવી વાત તેણે મનમાં લાવવી નહિ અને તે વિષે કોઇ આગળ ફરીયાદ કરવી નહિ; દાળ ઢોળાઈ જાય, દુધ ઉભરાઇ જાય, શાક બળી જાય, અને કુતરૂં રોટલા ઉપાડી જાય; કોઈ કડવું વચન કહે, કોઇ અપમાન કરે, કોઇ ગાળ દે, પડોસણ પીડે, સાસુ સતાવે અને નણંદ પજવે, તથાપિ ગર્ભિણી સ્ત્રી એવા બનાવો વખતે પોતાના સ્વભાવને કાબુમાં રાખી એ સર્વ બનાવોને શાંતિથી સહન કરી લે અને નિત્ય આનંદમાં રહે તો તેનું છોકરૂં કદિ પણ ક્રોધી કજીઆળું કે ખરાબ સ્વભાવનું થાય નહિ, પણ સારા સ્વભાવનું અને આનંદી જ થાય. ગર્ભિણીને આનંદમાં રાખવા માટે ગર્ભિણીએ પોતે જેટલી સંભાળ રાખવાની જરૂર છે એટલી જ સંભાળ ઉપર લખી સર્વ વાતોમાં ગર્ભિણી સ્ત્રીના પતિએ તથા તેનાં સાસુસસરા વગેરે સંબંધીઓએ રાખવાની જરૂર છે.

મીસીસ શેન્ડલર આ વિષય ઉપર એવું જણાવે છે કે, જો માતા ગર્ભાવસ્થાના સમયની જરૂરીઆતો અને શક્તિઓ વિષે જ્ઞાન ધરાવતી હોય, પોતાના સ્ત્રીધર્મને સાચવી શકે, બહારના દુર્ગુણોથી પોતાના શરીર તથા મનને અપવિત્ર થતું અટકાવી શકે, અને પોતાની અંદરના બાળકને વિષે પોતાના આત્માનું સ્નાન કરે, તો ધિક્કારવા જેવાં, કદરૂપાં અને ક્લેશી બાળકો–જે માણસજાતના મોટા ભાગને કલંક લગાડી રહેલ છે–તે ઝડપથી નાબુદ થાય.

મી. ચાર્લ્સ કિંગ્સ્લીના જન્મ વૃત્તાંતમાંથી એવું નીકળી આવે છે કે જ્યારે તે પોતાની માતાના પેટમાં હતો ત્યારે તેની માએ પોતાના ભાવી બાળકને પવિત્ર અને સદ્‌ગુણી બનાવવા માટે પવિત્રપણે શાંત જીંદગી ગુજારવાનો વિચાર કર્યો અને તેથી દુનિયાદારીની સર્વે લાલચોમાંથી દુર જઇ એક ન્હાના ગામડામાં એકાંતમાં રહીને ત્યાં તે અહર્નિશ કુદરતનું સૈાંદર્ય જોવા લાગી તથા ત્યાં સર્વ શક્તિમાન ખોદાની તારીફ કરવા તથા તેની ભક્તિ કરવા લાગી. પરિણામ એ આવ્યું કે તે ગર્ભમાંથી જે પુત્ર થયો તેણે " સૃષ્ટિસૈાંદર્ય " વિષે એક વિદ્વતા ભરેલું પુસ્તક લખ્યું તથા તે એક માનનીય ધર્મગુરૂ થયો.

એક બાપ ગર્ભની ઉત્પત્તિનું કામ થોડી મિનિટમાં જ પૂરું કરે છે. છતાં તે બાપના બીજની એવી બળવાન અસર હોય છે કે પેલા દારૂના દાખલામા જણાવ્યા પ્રમાણે તે અસર ગર્ભના બાળકમાં આખી જીંદગી સુધી રહે છે. ત્યારે એક મા જે તે ગર્ભને નવ માસ સુધી પોતાના ઉદરમાં રાખીને તેને પોષણ તથા આકાર આપે છે તેની તે બાળકના શરીર તથા મન ઉપર કેટલી બધી અસર થવી જોઇએ! ગર્ભમાંના બાળકના અવયવો એક પછી એક બંધાય છે, રચાય છે. એક અવયવ રચાતો હોય તે વખતે મા કાંઇ ભય કે ગુસ્સાનું સેવન કર્યા કરતી હોય તો તે વખતે રચાતો બાળકનો અવયવ નબળો તથા કદરૂપો થાય છે, અને જો માની મનોવૃત્તિ શાંત હોય છે તો બાળકનો ઘાટ સારો થાય છે. દાખલા તરીકે **બોસ્ટન શેહેરમાં** એક સ્ત્રીને

વાંદરાના આકારનું બચ્ચું જન્મ્યું હતું. કારણ કે તેનો તપાસ કરતા એવું માલમ પડેલું હતું કે તેની મા ગર્ભવાળી હતી ત્યારે એક વાંદરો તેના શરીર ઉપર ધસી આવવાથી તે હેબક ખાઇ ગઈ અને તે હેબકમાં ને હેબકમાં વાંદરાના વિચારો સેવવાથી ગર્ભના બાળકના શરીરના અમુક અવયવો વાંદરા જેવા રચાયા.

એક વહાણનો કપ્તાન કદિ પણ દારૂ પીતો નહોતો, પણ તેના લગ્નને દિવસે તેના વડીલ કાકાએ આગ્રહ કરીને તેને દારૂ પાયો. ટેવ નહિ હોવાથી તેને દારૂ ચડયો અને દારૂની ઝુમમાં તે નાચવા કુદવા લાગ્યો. તેના મનની આવી સ્થિતિમાં તેની નવી પરણેતર સ્ત્રીને તેજ દિવસે ગર્ભ રહ્યો. કપ્તાન પોતાના ધંધા માટે બીજે દિવસે ચાલ્યો ગયો. નવ માસ પુરા થતાં તે સ્ત્રીને જે દીકરી આવી, તે કાંઇ પણ કારણ વિના નાચવા કુદવા તથા ખુશીના પોકાર કરવા લાગી. બાપની એક દિવસની દારૂની અસર નીચે થયેલી આ છોકરી આખી જીંદગી સુધી આવી ગાંડી રહી.

આ વર્ણનથી અને દાખલાઓથી આપની ખાત્રી થવી જોઇએ કે, ઇચ્છા પ્રમાણે બાળકો ઉત્પન્ન કરવાનું જ્ઞાન માતા પિતાઓને અને ખાસ કરીને માતાઓને તે જ્ઞાન થાય તો તેઓ બેશક પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે બાળકો ઉત્પન્ન કરી શકે. આ સંબંધમાં એક સ્ત્રી પોતાનું વૃત્તાંત આ પ્રમાણે આપે છેઃ—"મારા જાણવામાં આવ્યું છે કે, ગર્ભધારણ પહેલાં એક માસ અગાઉથી મન ઉપર પ્રબળ ઇચ્છાની અસર ઉત્પન્ન કરવા માંડવાથી ઇચ્છીએ એવું બાળક થાય. આ વાત મારા જાણવામાં આવી ત્યારે પ્રસવનો વખત બહુ નજીક આવી ગયો હતો, જેથી તે વખતના ગર્ભમાંના બાળક ઉપર હું મારા મનની અસર ઉપજાવી શકી નહીં, અને તેથી તે બાળક તો સાધારણબુદ્ધિનું થયું. પણ તે પછી જે બાળક થાય તેને સારો છટાદાર બોલનાર—વક્તા—બનાવવાની મને ઇચ્છા થઈ, અને તેથી ગર્ભધારણ પૂર્વે તેમજ ગર્ભ રહ્યા પછી હું નિત્ય છટાદાર ભાષણો સાંભળવા જતી અને સારા

વક્તાઓના લખેલા લેખો વાંચતી. તેમ કરવાથી મારો બીજો દીકરો સારો વક્તા થયો. ત્રીજીવાર ગર્ભ રહ્યો ત્યારે મને એવી ઇચ્છા થઇ કે એ બાળકને નામાંકિત કારીગર અને ચિત્રકાર બનાવવો. આવી ઇચ્છાથી અમેરિકાની પ્રસિદ્ધ ચિત્રશાળાઓમાં હું દાખલ થઇ અને ત્યાં તે વિદ્યાનો અભ્યાસ કરવા લાગી તથા તે વિદ્યાનાં જ વખાણ કરવા લાગી તેથી મારો ત્રીજો પુત્ર એક ઉત્તમ ચિત્રકાર થયો. એવી જ રીતે મારો ચોથો પુત્ર ઇમારતના કામમાં કુશળ થયો, કેમકે તે ગર્ભમાં હતો ત્યારે મારૂં ઘર બંધાતું હતું અને મારા ભરથારની ગેરહાજરીમાં તે ઘર કેવું બાંધવું તેનો નકસો તૈયાર કરાવીને તેનું બાંધકામ કરાવવાની સઘળી વ્યવસ્થા મારે કરવી પડી હતી અને નિરંતર એ સંબંધી જ હું વિચારો કરતી હતી.

આગળ કહ્યા પ્રમાણે મન એ ફોટોગ્રાફીના યંત્ર સરખું છે. તેમાં જેવું ચિત્ર પાડવું હોય એવું પડે છે. આ અદ્‌ભુત ફોટોગ્રાફી માત્ર શરીરનો જ નહિ પણ મનનો પણ ફોટો આપે છે, અને ગર્ભની તૈયારીના સમયમાં માબાપ જેવી વૃત્તિઓમાં હોય છે એવી વૃત્તિઓ અને સ્વભાવ ગર્ભમાંના બાળકમાં ઉતરે છે.

એક મજબૂત શરીરવાળી અને મજબૂત મન વાળી મા પોતાની ૧૬ વર્ષની પુત્રીને ડૉ. ફાઉલર પાસે લાવી અને કહેવા લાગી કે, ડાકટર સાહેબ, આ મારી છોડીને કાંઈ વાંક માટે જરા પણ કહેવામાં આવે છે કે તરત રડી પડે છે. સદા ગમગીનીમાં રહે છે અને બધો વખત ધર્મનાં પુસ્તકો વાંચ્યા કરે છે, માટે તેનો કાંઇ ઉપાય બતાવો તો ઘણું સારૂં. આ તેને શું દરદ છે, તેનો આપ તપાસ કરો."

ડા. ફાઉલર મસ્તિષ્કવિદ્યામાં પ્રવીણ હોવાથી તેણે તે માતું મસ્તક તપાસ્યું, તેમજ ગર્ભાવસ્થામાં તેણીના મનની સ્થિતિ કેવી હતી તે વિષે પુછપરછ કરી, તે ઉપરથી તેને માલમ પડ્યું કે તે સ્ત્રી પોતાના માબાપની સલાહ નહિ માનતાં એક ખરાબ સ્વભાવના પુરૂષ જોડે પરણી હતી. તેનો ધણી તેણીની સાથે અયોગ્ય વર્ત્તણુકથી વર્ત્તતો

હતો અને તેથી તે સ્ત્રી હમેશાં ઉદાશ રહેતી હતી. પોતાનું મન બીજા કોઇ પણ વિષય ઉપર રોકવાનું સાધન નહિ હોવાથી તે સ્ત્રી આખો દિવસ **બાયબલ** વાંચ્યા કરતી હતી. આવી માનસિક સ્થિતિ હતી તેવામાં તેણીને આ છોડીનો ગર્ભ રહ્યો હતો અને આ કારણ-થી જ તે સદા રોયા કરતી હતી, ગમગીનીમાં રહેતી હતી અને ધર્મનાં પુસ્તકો વાંચ્યા કરતી હતી.

માતાઓ ! માતાઓ થવાને તૈયાર થયેલી બ્હેનો ! જે નવો જીવ તમારે તમારા ગર્ભસ્થાનમાં ઉત્પન્ન કરવો છે તે નવા જીવ ઉપર ગર્ભધારણ પૂર્વેની તૈયારીના સમયમાં તેમજ સગર્ભાવસ્થામાં તમો કેટલી બધી પ્રબળ અસર કરી શકો છો, તેને માટે ઉપર જે વર્ણન આપેલું છે તેથી તમારી ખાત્રી થઇ હશે. તમારાં ગર્ભમાં પાકતાં બાળકોના શરીર ઉપર અને સ્વભાવ ઉપર તમારા શરીરની તેમજ મનની ઘણી જ પ્રબળ અસર થાય છે, એ વાતમાં જરા પણ શક નથી; પણ સંતાપની વાત એ છે કે તમોને આ વાતનું કશું જ્ઞાન નથી; તમો આ પુસ્તક આદિથી અંત સુધી વાંચી જાઓ અને પછી તેમાં લખેલા નિયમો, તથા તેમાં લખેલી વાતોને તમારા પોતાના વર્ત્તન સાથે તેમજ તમારી પડોસણના વર્ત્તન સાથે તથા તેનાં પરિ-ણામો સાથે મેળવી જુવો, એટલે તમારી ખાત્રી થશે કે અત્રે જે વાતો કહેવામાં આવે છે તે ખરેખરી છે. આ સંબંધમાં તમારી જે ભૂલ થાય તે એ છે કે, તમે તમારા બાળકની ઉમર જન્મના દિવસથી ગણો છો, એટલે કે તમો તેને જ્યારે પ્રત્યક્ષ જુવો છો ત્યારથી તમે તેને પીછાનો છો કે આ મારૂં બાળક છે. ખરી રીતે તમારે ગર્ભ રહ્યાના દિવસથી તમારા બાળકની જન્મતિથિ ગણવી જોઇએ, અને ત્યારથી જ તમારે તમારા બાળકને પિછાનવું જોઇએ; તથા જેવી રીતે પ્રસવ થયા પછી તમો તમારા બાળકને રોજ વારં-વાર ખોળામાં લો છો, વારંવાર હેતથી નિહાળો છો, વારંવાર ધવ-રાવો છો, વારંવાર સાફસુફ કરો છો અને તેને દેખીદેખીને વારંવાર

હર્ષઘેલાં બનો છો, એવી જ રીતે ગર્ભ રહે તે દિવસથી જ તમારે સમજવું જોઇએ કે તમારી કૂખમાં એક બાળક સુતું છે; તમે તે બાળકને તમારી જ્ઞાનદષ્ટિથી નિહાળો, તેના તરફ પ્રેમથી જોયા કરો, તેના તરફ તમારા મનના ઉત્તમ ભાવો મોકલ્યા કરો, તેના ઉપર તમારા ઉત્તમ ગુણોની છાપ પાડયા કરો, અને તેના ઉપર તમે બેલાશક હર્ષઘેલાં બનો. તમે નિત્ય એમ માનો કે મારૂં બાળક મારી કૂખમાં સુતું છે અને થોડા માસમાં તે ત્યાંથી ઉઠીને બહાર આવશે. આવું બુદ્ધિપૂર્વક સમજીને તથા સ્મરણમાં રાખીને તમે તમારા ગર્ભની અંદરના બાળકની ગર્ભધારણના દિવસથી જ જન્મતિથિ ગણો અને ત્યારથી જ તમે તેના સર્વ પ્રકારના પાલણપોષણની તથા માનસિક શિક્ષણની શરૂવાત કરો. આ શિક્ષણ તમો જેવું આપશો એવું તમારૂં બાળક થશે. ગર્ભાવસ્થામાં તમે સારા વિચારો સેવશો, સદાચારથી વર્ત્તશો, દુર્ગુણો અને નઠારા વિચારોથી દૂર રહેશો અને સ્વભાવ સારો રાખશો તો તમારૂં બાળક અવશ્ય સારા સ્વભાવનું અને સારી બુદ્ધિનું થશે. પણ જો એથી ઉલટી રીતે વર્ત્તશો, તો આ પ્રકરણમાં આપેલા દાખલાઓ પ્રમાણે, તમારૂં બાળક જેવું થશે તેવા બાળકને માટે, કોઇ બીજું જવાબદાર નથી, પણ તમો પોતે–પિતા અને માતા બન્ને–જવાબદાર છો ! મનની ઘણી જ પ્રબળ અસર છે, માટે તમો તમારા મન ઉપર કાબુ રાખતાં, મનને ઉત્તમ રીતે કેળવતાં અને મનને સદ્‌વૃત્તિઓમાં રાખતાં શીખો. તમે તમારા મનરૂપી ફોટોગ્રાફીથી તમારાં ભાવી બાળકોમાં તમારી નઠારી માનસિક વૃત્તિઓની અને દુરાચરણોની ગર્ભકાળમાં છાપ મુકયા પછી તેમાં સુધારો કરવાનો જે જે પ્રયાસ કરો છો, તે બધો વ્યર્થ છે.

બહેનો ! સુંદર, નિરોગી અને સદાચારી બાળકોને ઉત્પન્ન કરવા સંબંધી તમારા અજ્ઞાન માટે તમો પોતે જવાબદાર નથી. તમને આ વાતોથી અજ્ઞાન રાખનારા તમારા પ્રાણાધાર પતિઓ, તમારો અજ્ઞાન સંસાર અને તમારો અજ્ઞાન સમાજ તેને માટે જવાબદાર છે ! પણ

તમારા પ્રાણાધાર પતિઓ પણ આ વિષયમાં એટલા જ અજ્ઞાત છે! તેઓ બીજા અનેક વિષયોમાં માથાં મારે છે અને ધૂળ ધાલે છે, પણ જે ઉત્તમ સંતતિ તેમના સર્વ પ્રયાસોનું કારણ છે, અને જેને માટે તેઓ આટલી બધી ધૂળ ધાલે છે, તે સંતતિ કેવી હોવી જોઇએ અને તે કેવી રીતે ઉત્પન્ન કરવી જોઇએ, એ સંબંધી તેઓમાં પણ ઘોર અજ્ઞાન છે! પણ આ પ્રકરણથી તમારી ખાત્રી થવી જોઇએ કે બીજા બધા જ્ઞાન કરતાં આ જ્ઞાન વધારે કામનું છે. માટે તમો આ પુસ્તક ધ્યાનથી વાંચો અને ભવિષ્યમાં ઉત્તમ વર્ત્તનથી અને ઉત્તમ વિચારોથી ઉત્તમ બાળકોને જન્મ આપો, એવો મારા અંતઃકરણનો આશિર્વાદ છે!

પ્રકરણ ૩૯ મું.

પ્રસવકાળના નિયમો.

शस्तश्च नवमे मासि स्निग्धौ मांसरसौदनः ।
बहुस्नेहा यवागू र्वा पूर्वोक्तं चानुवासनम् ॥—वाग्भट्ट—॥

નવમે માસે ગર્ભવતીને માંસરસ (માંસરસની અવેજીમાં દૂધ વાપરવું) સાથે ચોખાનો ભાત તથા ઘી વગેરે સ્નેહવાળો એટલે તરાવટવાળો ખોરાક આપવો, અથવા ઘણા ઘીવાળી યવાગૂ એટલે નરમ ખીચડી અથવા રાબડી આપવી અને પ્રથમ કહેલો ઘીનો બસ્તિ આપવો.

પ્રસવના સમય ઉપર અથવા ગર્ભાવસ્થાના છેલ્લા દિવસોમાં જે જે વાતો લક્ષમાં રાખવા જેવી છે, તેમાં કપડાં સંબંધી વાત પણ ધ્યાનમાં રાખવા જેવી છે. બે જીવવાળી સ્ત્રીએ કપડાં જેમ બને તેમ હલકાં, ખુલાસાવાળાં (પહોળાં) અને સ્વચ્છ પહેરવાં; તંગ કપડાંથી ગર્ભાશય દબાય છે અને ગર્ભની અંદરના બાળકના ચલનવલનમાં

અડચણ આવે છે; માટે શરીરના કોઇ પણ ભાગનો પોશાક ચપોચપ તંગ નહિ હોવો જોઇએ; જેમ બને તેમ મોકળો, ખુલ્લો પોશાક પહેરવો. ચણીઆની નાડી, સાડલાની કે સાડીની ગાંઠ, અને કમરપટો (જે લોકોમાં કમરપટો બાંધવાનો ચાલ છે તેમણે) કમર ઉપર તાણીને કદિ પણ બાંધવાં નહિ. છાતી ઉપરનું કપડું એટલે કાંચળી, ચોળી કે કબજો પણ છેક ઢીલાં પહેરવાં; સ્તન કે ડીંટડી જરા પણ દબાણમાં આવે એવી રીતે તંગ પહેરવાં નહિ. શરીરના જે ભાગો કુદરતી રીતે ખીલતા હોય કે વધતા હોય તે ભાગોના ઉપર દબાણ કરવાથી ઘણું જ નુકસાન છે. આપણી સ્ત્રીઓ આવી વાતો ઉપર બીલકુલ લક્ષ રાખતી નથી; અને જે કાંચળીઓ તથા કબજાઓ તેઓ આડે દહાડે પહેરે છે, તેનાં તે જ તંગ કપડાં છાતીમાં તથા સ્તનમાં ધાવણનો ભરાવો થઇને વધ્યા છતાં પહેરી રાખે છે અને તેથી તે ભાગો દબાય છે. સ્તનની ડીંટડી સીધી ઉભી રહેવી જોઇએ. તેના ઉપર જરા પણ દબાણ નહિ થવું જોઇએ.

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ ગર્ભના છેલ્લા માસોમાં અને વિશેષ કરીને પ્રસવના વખત ઉપર ખાનપાનના નિયમો ઉપર વિશેષ લક્ષ આપવું જોઇએ. વારંવાર કહેવાની જરૂર પડે છે કે ગર્ભિણીના ખાનપાનની અસર તેના પોતાના શરીર ઉપર તેમજ ગર્ભની અંદરના બાળક ઉપર થાય છે, માટે આ સમયમાં ખોરાક સંબંધી પથ્યાપથ્યના નિયમો વિશેષ કાળજીથી પાળવા. ઉષ્ણ એટલે ગરમ પદાર્થો, જેમકે, ગરમ મશાલા, મરચાં, ચા, કૉફી, માંસ અથવા માંસમાંથી બનતી ચીજો, દારૂ, તળેલા પદાર્થો, તેમજ ખાટા પદાર્થો, બીલકુલ વાપરવા નહિ. આ સ્થિતિમાં વનસ્પતિનો ખોરાક, ભાજી પાલો, તથા તાજાં ફળો જ વધારે અનુકુળ આવે છે. ગર્ભિણીએ ખોરાક માફકસર ખાવો; તાણીને વધારે ખોરાક કદિ પણ ખાવો નહિ. કેટલીક સ્ત્રીઓ એમ માને છે કે, ગર્ભિણી સ્ત્રીને ખોરાક વધારે જોઇએ, પણ તે માનવું બરાબર નથી. એ વખત જ નિયમસર અને માફકસર જમવું. ખોરાક સાદો પણ

સારો પોષણકારક લેવો, અને મળી શકે તો દુધનો વિશેષ ઉપયોગ કરવો.

ઘણીવાર પ્રસવ વખતે બાળકનું એકાદ અંગનું હાડકું વિશેષ વધેલું હોવાથી પ્રસવ વખતે બહુ જ અડચણ થઈ પડે છે, અને વારંવાર આ ખરાબી ખાનપાનમાંથી જ થાય છે. માટે પ્રસવ થવાનો હોય તે પહેલાં બે ત્રણ અઠવાડીયાંથી ગર્ભિણીને અસ્થિ (બાળકના હાડકાં) વધે એવો ખોરાક બંધ કરવો. ભેંશનું દુધ, માવો, મિષ્ટાન્ન, ઘઉંના બારીક આટાની કે મેંદાની ચીજો, વાલ, વટાણા, વગેરે જડ પદાર્થો, એ સર્વ બંધ કરવા. ગાયનું દુધ, તાજો લીલો મેવો, તાજી છાશ, સાદું અન્ન, ભાજીપાલો, વગેરે ચીજોનો વિશેષ ઉપયોગ કરવો. આવો સાદો ખોરાક લેવાથી બાળક સરખા આકારનું અને કોમળ અંગવાળું જન્મે છે. જે માબાપો ભેજવાળા તથા હવા વિનાના ઘરમાં વસે છે, કસરત કે મહેનતનું કામ કરતાં નથી, શરીરે મેલાં રહે છે, અશુદ્ધ તથા અપથ્ય અન્ન ખાય છે, ઉજાગરા કરે છે, અને એવી રીતે અનેક સદાચારના તથા ઈશ્વરી નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરે છે, તેમનાં બાળકો બદશીકલ, ખુંધાં, લુલાં અને વાંકાચૂંકા અવયવોવાળાં થાય છે. આ સર્વ ખરાબીઓમાંથી બચીને, જો સ્ત્રીઓ એકવાર પ્રસવ સમયના ત્રાસમાંથી બચ્યા પછી તેઓ આ પુસ્તકમાં બતાવેલા નિયમો નિરંતર પાળે ને ગર્ભાવસ્થામાં યોગ્ય આહાર કરે, અને પ્રસવકાળના સમયમાં છેલ્લાં બે ત્રણ અઠવાડીઆં અસ્થિવર્ધક જડ આહાર બંધ કરે, તો તેમનો પ્રસવ સુખથી થાય અને તેમની સંતતિ પણ સુદૃઢ અને નિરોગી થાય, એમાં કાંઇ પણ શંકા નથી. જે સ્ત્રીઓનો બસ્તિપ્રદેશ (પેડુનો ભાગ) ન્હાનો સાંકડો–હોવાથી અને ગર્ભનો આકાર મોટો હોવાથી તેમને વારંવાર મરેલાં બાળક અવતરેલાં હોય છે, એવી સ્ત્રીઓ કસરત અથવા અંગ મહેનત, સ્નાન, આહાર, વગેરે બાબતોમાં ઉપર કહેલા નિયમોથી વર્તે તેમને સુંદર, નિરોગી તથા જીવતાં બાળકોની પ્રાપ્તિ થયા વિના રહે જ નહિ.

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ નવ માસ સુધી રોજ સારી રીતે ન્હાવું, ખુલ્લી

હવાનો લાભ લેવો, તથા સ્વચ્છ હવાવાળી ખુલ્લી જગામાં સુવું. આ નિયમો કદિ ભૂલવા નહિ. જે ગર્ભિણી સ્ત્રીઓ આ નિયમો પ્રમાણે વર્તે છે તેમને સુખકારક રીતે પ્રસવ થઈ જાય છે. સ્નાન વખતે આખું શરીર અને વિશેષ કરીને સ્તન (છાતી) હાથવતી ઘસીને ન્હાવું, અને ન્હાઈને સ્વચ્છ કોરા કપડાથી શરીર ઘસીને લુંછવું. ગર્ભાવસ્થામાં રોજ સ્તન એટલે છાતી ચોળીને ધોવાથી તે ભાગ ઘટ તથા મજબુત થાય છે. સ્તન ઉપરની ચામડી તથા ડીંટડીમાં ચીરા પડવાથી બાળકને ધવરાવતાં ઘણો જ ત્રાસ થાય છે, પણ ઉપર પ્રમાણે સ્તન રોજ ઘસીને ધોવાથી તથા લુવાથી એ ત્રાસમાંથી બચાવ થાય છે.

ગર્ભિણીને રોજ રોજ ઝાડો સાફ આવવાની જરૂર છે. જો સ્વાભાવિક રીતે ઝાડો સાફ ન થાય તો ઝાડાની હાજત થાય ત્યારે ઠંડા પાણીની બસ્તિ લેવી. પ્રસવ સમયનાં છેલ્લાં બે ત્રણ અઠવાડીઆં આ તજવીજ જરૂર રાખવી; એક પણ દિવસ બસ્તિ લીધા વિના ન રહેવું. આ કામને માટે રબરની પીચકારીનો ઉપયોગ કરવો. આપણા લોકોને બસ્તિ લેવાની ટેવ નહિ હોવાથી તેમને આ વિધિ નવાઈ જેવો નવો લાગશે, પણ ગર્ભિણી સ્ત્રીને છેલ્લા દિવસોમાં બસ્તિ આપવાની આજ્ઞા આર્ય વૈદકશાસ્ત્રના ગ્રંથોમાં કરી છે, અને આધુનિક ડાક્ટરો પણ એ જ વાત કહે છે.

ભાગ ૬ ઠ્ઠો. સ્તનંધયાવસ્થા.

પ્રકરણ ૩૭ મું.

પ્રસવક્રિયા.

" And there is certainly no reason, except in abnormal habits and conditions, why parturition should be painful." DR. TRALL.

" અયોગ્ય આદતો અને વિકૃત અવસ્થામાં જ પ્રસવવેદનાનો સંભવ છે; તે સિવાય પ્રસવ વેદના થવાનું ખરેખાત કાંઇ પણ કારણ નથી."

સ્તનંધયાવસ્થાની શરૂવાત પ્રસવક્રિયાથી થાય છે, માટે એક ઉત્તમ સંતાન પ્રાપ્ત કરવા માટે સ્વાભાવિક પ્રસવક્રિયા કેવી હોવી જોઇએ, તથા પ્રસવ કરનાર સ્ત્રીને પ્રસવની કૃત્રિમ ગભરામણમાંથી કેવી રીતે મુક્ત રાખવી જોઇએ, તથા પ્રસૂતિની અને નવો જન્મ ધરતા બાળકની આરોગ્યતા માટે પ્રસવસ્થાન કેવું સુંદર અને સુઘડ જોઇએ, ઇત્યાદિ અગત્યની વાતો જાણવાની પણ ઘણી જરૂર છે.

કેટલાક ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રજ્ઞો નિશ્ચયપૂર્વક એવું પ્રતિપાદન કરે છે કે પ્રસવ વખતે સ્ત્રીને જરા પણ પીડા કે અડચણ થવી ન જોઇએ. જે પ્રમાણે મળમૂત્ર એટલે ઝાડા પેસાબની ક્રિયા નિત્ય સ્વાભાવિક વેગથી અને સરળતાથી થઇ જાય છે, એવી જ રીતે આ પ્રસવક્રિયા સુખશાંતિથી થવી જોઇએ. તેમના આ વિચારમાં ઘણાને અતિશયોક્તિ લાગશે, કેમકે હાલમાં આપણો પ્રત્યક્ષ અનુભવ એથી જુદો છે. પ્રસવ વખતે સેંકડે ૯૦ સ્ત્રીઓને કાંઈ ને કાંઇ અડચણ કે પીડા

થતી જોવામાં આવે છે; સેંકડે ૫૦ સ્ત્રીઓ થોડી કે ઘણી પીડા સાથે પ્રસવ કરે છે, સેંકડે ૨૫ સ્ત્રીઓ જોખમમાં પસાર થઈને પ્રસવ કરે છે, અથવા પાછળથી સુવારોગ વગેરે ભયંકર દરદોમાં સપડાય છે, અને સેંકડે ૫ સ્ત્રીઓ પ્રસવ વખતે કે આગળ પાછળ પોતાના શરીરનો, કે પોતાના ગર્ભમાંના બાળકનો, કે બન્નેનો ભોગ આપે છે, ત્યારે જ છુટકો થાય છે! આ આંકડાઓ મારા પોતાના અનુમાનના છે. આપણા દેશના સામાન્ય લોકવર્ગમાં પ્રસવ સંબંધી જે જે પરિણામો વારંવાર નજરે જોઇએ છીએ અને અનુભવીએ છીએ, તે ઉપરથી આ અનુમાન કરેલું છે, પ્રસવક્રિયાના પરિણામના આંકડાઓ રાખવામાં આવે તો હું ધારૂં છું કે તે આંકડા મારા અનુમાનના ઉપલા આંકડાઓ સાથે લગભગ મળતા આવે. સેંકડે ૧૦ પ્રસવ કરનારીઓ, જેઓ કાંઈ પણ ઇજા કે અડચણ વિના સુખશાંતિમાં પ્રસવ કરે છે, તેમના શરીરની તથા મનની મજબુત સ્થિતિ, તેમના ઉત્તમ નિયમો, અને તેમનું ઉત્તમ વર્ત્તન તપાસો, તો ખાત્રી થશે કે દુઃખદાયક પ્રસવના બનાવોમાં તથા અકસ્માતોમાં સ્ત્રીપુરૂષોનાં અયોગ્ય વર્ત્તનો જ કારણભૂત હોય છે. ઉપલા આંકડાઓ અનુમાનથી કલ્પેલા હોઇને તે ગમે એટલા ભૂલ ભરેલા હશે, તથાપિ પ્રસવક્રિયામાં અનેક પ્રકારની અડચણો અને વિટંબનાઓ આવી પડે છે, એ આપણે પ્રત્યક્ષ અનુભવીએ છીએ, ત્યારે બીજી તરફથી ઝાડા પેશાબની હાજતની પેઠે સુખકારક પ્રસવના દાખલાઓ—ભલે થોડા પણ—બનતા આપણે જોઈએ છીએ, તે ઉપરથી એમ ખાત્રીથી માનવું પડશે કે, જ્યાં જ્યાં પ્રસવની પીડા થાય છે ત્યાં ત્યાં કાંઇ પણ નિયમ વિરૂદ્ધ—કુદરત વિરૂદ્ધ—વર્ત્તન થયેલું છે, અને એ નિયમ વિરૂદ્ધ વર્ત્તનને લીધે પ્રસવ કરનાર સ્ત્રીનું શરીર સંપૂર્ણ નિરોગી નથી; કાંઈ પણ વિકાર કે રોગ છે, એમ માનવું જ પડશે.

શું તમે એવા દાખલાઓ નથી જોયા કે નથી સાંભળ્યા, કે જેમાં ગર્ભિણી સ્ત્રીઓ પોતાની મેળે પ્રસવ કરીને છોકરૂં ટોપલીમાં નાખીને ઘેર ચાલી આવે છે? અલબત. આવા દાખલાઓ વિશેષ કરીને

ગરીબ મજુરવર્ગની સ્ત્રીઓમાં બને છે. અથવા કુદરતના નિયમો પ્રમાણે વર્ત્તનાર સુધરેલી પ્રજાઓનાં ઉંચાં કુટુંબોમાં પણ બનતા હશે; પણ તેવા દાખલાઓ બને છે, એ વાત સત્ય છે. પ્રસવનું આ સુખ સારી રીતે વર્ત્તનારી મજુરવર્ગની સ્ત્રીઓના નશીબમાં વિશેષ સાંપડેલું જોવામાં આવે છે, અને સુધારાની રીતે રહેનારાં શહેરોનાં નાજુક બૈરાંઓ આ સુખથી મોટે ભાગે બેનશીબ જોવામાં આવે છેઃ અને તે તદન સ્વાભાવિક છે. કુદરતે ખરૂં સુખ સાદાઈમાં જ મૂકેલું છે. જો કે મજુરવર્ગની સ્ત્રીઓ અજ્ઞાન હોવાને લીધે આ પુસ્તકમાં બતાવ્યા પ્રમાણે ઇચ્છા પ્રમાણે બાળકો પેદા કરી શકતી નથી, તોપણ તેઓ પોતાના સાદા વર્ત્તનથી શરીરે મજબુત બાળકોનો વધારે સુખથી પ્રસવ કરે છે. શ્રીમંત વર્ગમાં અને શેહેરી લોકોમાં એ બેમાંથી એક પણ સુખ જોવામાં આવતું નથી. શેહેરી લોકોની બુદ્ધિ વધારે ખેડાયેલી અને કેળવાયલી હોવાથી તેઓમાં વધારે બુદ્ધિવાળાં બાળકો થાય છે ખરાં, તથાપિ ઇચ્છા પ્રમાણે બાળકો પેદા કરવાનું જ્ઞાન તો તેઓમાં પણ નથી. શેહેરી લોકોમાં જ્યારે બુદ્ધિવાળાં પણ બહુધા પ્રપંચી, ખટપટી, અને દુરાચારી બાળકો પેદા થાય છે; ત્યારે ગામડાના સાદા તથા મજુર વર્ગના લોકોમાં બુદ્ધિમાં જાડાં પણ બીજા દુર્ગુણો વિનાનાં બાળકો પેદા થાય છે, અને શરીરનું નિરોગીપણું અથવા મજબુતપણું, એ તેમને વિશેષ લાભ છે.

એકંદર રીતે, શહેરી લોકો કરતાં ગામડાના સાદા લોકોમાં પ્રસવ ક્રિયાનું કાર્ય વધારે સરલતાથી થાય છે; અને તે ઉપરથી આપણે આવો નિયમ ઠરાવી શકીએ કે,—

"વર્ત્તન જેમ વધારે સાદું અને કુદરતી તેમ પ્રસવ પીડા ઓછી."

"વર્ત્તન જેમ વધારે સુધરેલું અને અકુદરતી તેમ પ્રસવ પીડા વિશેષ"

આ સ્થળે 'સુધરેલું' વર્ત્તન એટલે ખરૂં 'સુધરેલું' નહિ, પણ હાલમાં જે વર્ત્તન 'સુધરેલું' અથવા '**સુધારો**' માનવાની ભૂલ કરીએ છીએ, તેવું 'સુધરેલું' સમજવું.

ઝાડા પેસાબની ક્રિયાને આપણે કુદરતી હાજત માનીએ છીએ, અને તે કુદરતી હાજતો જ છે. કુદરતી હાજત એ રોગ નથી પણ કુદરતી ક્રિયા અથવા નિયમ છે. આમ છતાં એ હાજતોમાં અનેક માણસો અનેક પ્રકારનાં દુઃખો અનુભવે છે કે નહિ? ઝાડો કરતાં અને પેશાબ કરતાં ઘણાં માણસોને બુમો પાડતાં અને રોતાં તમો દીઠાં છે કે નહિ? ઝાડો થવો અને પેસાબ થવો, એ કુદરતી હાજતો છે, તેમાં દુઃખ શા માટે થવું જોઈએ? રોવું શામાટે જોઇએ? પણ રોવું પડે છે, કેમકે કાંઇક ભૂલ, કાંઇક રોગ થયેલ છે. એવી જ રીતે સ્ત્રીને પ્રસવ વખતે જો કાંઇ પણ પીડા કે અડચણ થાય તો નક્કી સમજવું કે કાંઇ ભૂલ થયેલી છે, કાંઇ નિયમ વિરૂદ્ધ વર્ત્તન થયું છે, કે કાંઇક રોગ થયો છે. આ રોગ સમજાતો નથી, પણ પીડા થવી એ જ રોગ સમજવો. એક મજુરણ ખેતરમાં કામ કરતી કરતી બચ્ચું જણે અને સાંજે તે બાળકને ટોપલામાં કે કપડામાં ઘાલીને ઘેર ચાલી આવે એ પણ પ્રસવ ક્રિયા! આ સ્વાભાવિક પ્રસવ ખરો કે નહિ? જો આમ બને છે તો બધી સ્ત્રીઓને આવો જ સુખકારક કુદરતી પ્રસવ કેમ નહિ થઈ શકે? હું માનું છું કે કુદરતના નિયમોને અનુસરીને સાદું અને નિર્દોષ વર્ત્તન રાખવામાં આવે તો સર્વ સ્ત્રીઓને પીડા વિનાનો કુદરતી પ્રસવ જ થવો જોઇએ. આજની તારીખે માણસજાતની તન્દુરસ્તીમાં જેટલા વાંધા જોવામાં આવે છે, એટલા વાંધા ઝાડા પેસાબ વગેરે હાજતોમાં અને એટલા જ વાંધા પ્રસવક્રિયામાં! ઘણીખરી સ્ત્રીઓને પ્રસવ વખતે દુઃખદાયક વેણો આવે છે અને બીજા પણ અનેક વાંધા આવી પડે છે, તે ઉપરથી એવો નિયમ નહિ થઈ શકે કે પ્રસવવેદના થવી એ સ્વાભાવિક વેદના છે. માણસોની તન્દુરસ્તીમાં સુધારો થાય અને તેઓ હાલ કરતાં વધારે નિરોગી અને વધારે દીર્ઘ આયુષ્ય મેળવે તો પ્રસવવેદનાની ઘણી ચિંતાઓ ઓછી થાય, અને ત્યારે ખાત્રી થાય કે પ્રસવ વેદના એ કુદરતી વેદના નથી પણ કાંઈ વિકૃતિ છે. વૈદકશાસ્ત્રે જેમ બીજા રોગોના

ઉપયેા બતાવ્યા છે તેમ, જેમ જેમ માણુસ જાતમાં સુધારેા (બગાડેા) દાખલ થઇને તેઓ કુદરતી સાદા નિયમેાથી દૂર જવા લાગ્યા અને પ્રસવ વેદનામાં વધારેા થવા લાગ્યેા તેમ તેમ તેના પણ ઉપાયેા શેાધવાની જરૂર જણાયલી લાગે છે. એટલા જ માટે ઇન્દ્રિવિજ્ઞાન શાસ્ત્રજ્ઞેા કહે છે તે એક રીતે ખરૂં જ છે કે, પ્રસવ વેદના એ કાંઇ કુદરતી વેદના નથી પણ કાંઈ વિકૃતિ છે, પ્રસવવેદના થવી કે નહિ થવી અથવા ઓછી થવી કે વધારે થવી એ સર્વ વાતનેા આધાર સ્ત્રીના શરીરના બાંધા ઉપર તથા તેના અને પતિના વર્ત્તન ઉપર છે. સ્ત્રીનું શરીર જેમ વધારે નિરેાગી, અને તે બન્ને માણુસેાનું વર્ત્તન જેમ વધારે સાદું અને કુદરતના નિયમેાને અનુસરતું, તેમ પ્રસવ વેદના ઓછી, એ સિવાય બીજો નિયમ આપી શકાશે નહિ.

ગર્ભિણીએ પ્રસવકાળમાં પેાતાનું વર્ત્તન કેવું રાખવું, તે સંબંધી નિયમેા ૩૬ મા પ્રકરણમાં આપવામાં આવ્યા જ છે; તેાપણ, ગર્ભાવસ્થા અને સૂતિકાવસ્થા નિર્ભયપણે પસાર કરવાને ઇચ્છનારી સ્ત્રીઓએ આ નીચે આપેલા નિયમેા ખાસ ધ્યાનમાં રાખવા. તેમણે પેાતાનેા આહારવિહાર કેવી રીતે રાખવેા, એ વાત ફરીથી કહેવાથી વાંચનાર બહેનેાના મન ઉપર એ નિયમેા વધારે તાજા તથા દૃઢ થશે.

પ્રકરણ ૩૮ મું.

પ્રસવની તૈયારી.

प्राक् चैव नवमान्मासात्सूतिका गृह माश्रयेत् ।
देशे प्रशस्ते संभारैः संपन्नं साधकेऽहनि ॥ –वाग्भट्ट–

"નવમેા માસ બેસતાં પહેલાં જ શુભ દિવસે ઉત્તમ દેશમાં (સ્થળમાં) બાંધેલા અને તમામ સાધનેાથી તૈયાર કરેલી એવા સૂતિકાગૃહનેા (સુવાવડના ઓરડાનેા) ગર્ભિણીએ આશ્રય કરવેા."

અહો ! બહેનો અને ભાઇઓ ! ઉત્તમ સંતતિ માટે અત્યાર સુધી જે અનેક ઉત્તમ નિયમો અને આચારો બતાવ્યા, તે ઉપરાંત, હવે પ્રસવની તૈયારી માટે **વાગ્ભટ્ટ** શું કહે છે, તે તો જુવો ! આપ એમ માનો છો કે, સુવાવડનો ઓરડો સ્વચ્છ જોઇએ, અને સાફી હવાવાળો જોઇએ, અને સુવાવડીનું બિછાનું તથા કપડાં પણ સ્વચ્છ જોઇએ, એ બધાં લાકડાં હાલનાં ડાકટરોએ અને હાલની ભણેલી દાયણોએ નવાં ઘાલ્યાં છે ! ના, ના, એમ માનશો નહિ; ઘણા પ્રાચીન સમયમાં અમારા ઋષિઓએ એથી પણ વધારે ઉત્તમ આચારો અને આજ્ઞાઓ કરેલ છે. આ અમારા વૈદ્યવર્યો કહે છે, કે સુવાવડ માટે ખાસ સૂતિકાગૃહ એટલે સુવાવડનો ઓરડો તૈયાર કરવો, અને તે કેવો હોવો જોઇએ ? ઉત્તમ સ્થળમાં બાંધેલો હોવો જોઇએ. આસપાસ ગંદકી નહિ હોવી જોઇએ, આસપાસ ભેજ નહિ હોવો જોઇએ અને આસપાસ ખરાબ હવા કે અંધારૂં નહિ હોવું જોઇએ. વળી તે સૂતિકાગૃહ ઉત્તમ શિલ્પશાસ્ત્રીઓએ આરોગ્ય શાસ્ત્રના નિયમોને અનુસરીને બાંધેલ હોવું જોઇએ. આ સૂતિકાગૃહમાં સુવાવડને લગતાં સર્વ સાધનો અગાઉથી લાવી હાજર રાખવાં જોઇએ. આવી રીતે સુવાવડ માટે અગાઉથી તૈયાર કરી રાખેલા સૂતિકાગૃહમાં નવમા માસના આરંભમાં જ ગર્ભિણીને રાખવી. વળી તેને શુભ દિવસે તે ગૃહમાં દાખલ કરવી. યાદ રાખો કે આ એક મંગળ (મેલું નહિ !) કાર્ય છે માટે મંગળ શુભ દિવસે જ તેનો આરંભ કરવો. નવમો માસ વીત્યા પછી પ્રસવ થવાનો સંભવ છે, જેથી પ્રસવના દિવસ પહેલાં એક માસ અગાઉથી ગર્ભિણી સ્ત્રીને ખાસ બંધાવી તૈયાર રાખેલ સૂતિકાગૃહમાં લાવીને રાખવી. ત્યાં તેને કેદમાં પૂરી રાખવી, એમ નહિ સમજશો. તમો જેવી રીતે તમારી ગર્ભિણી સ્ત્રીઓને અંધારી અને ગંધાતી કોટડીમાં પૂરી મૂકો છો, એવી રીતે તેને પૂરી મુકવી, એમ વાગ્ભટ્ટનું કહેવું નથી. સુંદર નવું ગૃહ, બારીબારણા વાળું, હવા અજવાળા વાળું, ઉંચી જગા ઉપર અને ઉત્તમ પ્રદેશમાં બાંધેલું ! ઘરનાં બીજાં માણસોને વસવાના ઘર કરતાં ઉત્તમ ઘર ! નવમા માસમાં ગર્ભિણીનો એવા એક ઉત્તમ ઓર-

ડામાં વાસ કરાવવેા. તે હરેફરે અને ખુશી હેાય તેા બહાર ખુલ્લી હવામાં ફરવા પણ જાય, પણ તેને વસવાનું અને સુવા બેસવાનું મુખ્ય સ્થળ આ નવું ઉત્તમ સૂતિકાગૃહ ! એક ઉત્તમ બાળકેાને જન્મ આપવા માટે ગૃહ પણ નવું, સંપૂર્ણ સેાઇવાળું, સુંદર અને સુઘડ! એક નવા બાળકના જન્મ માટે આ કેવી મજેની તૈયારી! તમને શુદ્ધ હવાની કિંમત કયાં છે? તમને અજવાળાની કદર કયાં છે? તમને સુઘડ અને સુંદર સ્થળની પિછાન કયાં છે? આ બધી ઉત્તમ તૈયારી સુવાવડી સ્ત્રીને માટે જ નહિ સમજશેા; એ તૈયારી ઉત્તમ બાળકને જન્મ આપવાને તૈયાર થયેલી ગર્ભવતી માટે જ નહિ સમજશેા; એ તૈયારી ખાસ કરીને એક નવા જીવ માટે સમજવી. એક ફૂલને કરમાતાં વાર લાગતી નથી; એક બારીક રેાપેા સૂર્યના તાપ વિના અંધારામાં રાખવામાં આવે તેા થેાડા જ સમયમાં નાશ પામે છે. પ્રસવની અંધારી કેાટડીમાં એક કુમળા બાળકની શી દશા થવી જોઇએ, એને તમેા ખ્યાલ કરેા. એક મેાટા વૃક્ષની આસપાસ દિવાલ બાંધીને અને છાપરૂં કરીને તેને પુરી રાખેા તેા તે કદાચ ઘણા દિવસ સુધી સજીવન રહેશે; પણ એક એક નાજુક ફૂલઝાડને કેાટડીમાં પુરી રાખશેા તેા તે તરત જ કરમાવા અને મરવા લાગશે. સુવાવડની અંધારી કેાટડીમાંથી એક માસે સ્ત્રી તેા જીવતી બહાર આવે છે, પણ તેનું કુમળું બાળક કાંતેા કરમાઇને મરી જાય છે, અથવા તેા અધમુવું થઈ જાય છે! જે બાળકને પ્રસવ પછી તદ્દન ખુલ્લી અને સ્વચ્છ હવા જોઇએ તે બાળકને અંધારૂં અને બંધેચ હવા મળે, તેની આ કુમળા નવા જીવ ઉપર કેવી માઠી અસર થાય, તેનેા જરા વિચાર કરેા.

એક ઉત્તમ સંતાનને ઉત્પન્ન કરવાના પ્રયાસેામાં ગર્ભાધાન પૂર્વેની તૈયારી એ ખેતર ખેડીને બી તૈયાર કરવાના પ્રયાસની બરાબર છે. સગર્ભાવસ્થાનેા પ્રયાસ એ વાવેલા અને ઉગેલા બીને પાણી, પ્રકાશ અને હવાની અનુકુળતા કરી આપવા બરાબર છે, અને બાળક જન્મ્યા પછી તેને ઉછેરી મેાટું કરવું, એ ઉગેલા છેાડને પાણી પાવું,

નિંદણુ કાઢી નાખવું, અને સારી વાડથી રક્ષણુ કરવું, ઇત્યાદિ કરવા યેાગ્ય પ્રયાસની બરાબર છે. એક વૃક્ષ પણુ સારૂં મૂળ ઘાલ્યા પછી અને ઉંચું થયા પછી એની મેળે ઉછરી આવે છે. તે પહેલાં તેને રક્ષણુની જરૂર છે. એ જ રીતે બાળકને પ્રથમ વિશેષ રક્ષણુની જરૂર છે. બાળક જેમ ન્હાનું તેમ તેને ઉછેરવાની વિશેષ કાળજી રાખવાની જરૂર છે. બાળકેાનું મરણુ પ્રમાણુ વિશેષ આવે છે, તેનું એ જ કારણુ છે. બાળકેાની તબીયત ઘણી નાજુક અને શરીર કાચું હેાવાથી તે જલ્દી માંદું પડી જાય છે, એટલા માટે એક નવેા જીવ માતાના ગર્ભસ્થાનમાંથી બહાર આવીને અને સારી હવાવાળા મકાનમાં રાખવાની જરૂર હેાવાથી સૂતિકાગૃહ ખાસ નવું બનાવવા આજ્ઞા કરેલી છે.

એવું કહેવામાં આવશે કે બિચારા ગરીબ લેાકેા જેમને પેાતાને નિત્ય વસવાને પણ પુરી જગા હેાતી નથી, તેઓ સુવાવડી સ્ત્રી માટે સગવડવાળું નવું સૂતિકાગૃહ શી રીતે બનાવી શકે? ખરૂં છે કે ગરીબ સ્થિતિના લેાકેા મનમાનતી સગવડ કરી શકતા નથી. ઘણા ગરીબ લેાકેાને નિત્ય વસવાનાં ઘર પણ ઘણાં સાંકડાં, અંધારાંવાળાં અને હવા વિનાનાં હેાય છે. અરે! ખુલ્લી હવા અને અજવાળાની જેમને કિમત નથી એવા ઘણા પૈસાવાળા લેાકેા પણ અમદાવાદની ગંદી અને સાંકડી પેાળમાં મજાના બે ત્રણ માળવાળા અંધારા કેદખાનામાં પડયા રહે છે! જનસમાજની નિર્ધનતા અને અજ્ઞાનતા એ બે આરેાગ્યતાના કટ્ટા દુશ્મનેા છે. વૈદ્યકશાસ્ત્ર આરેાગ્યતાના નિયમેા બતાવી શકે; તે નિયમેા પાળવા ન પાળવા એનેા બધેા આધાર સમાજની અનુકુળ કે પ્રતિકુળ સ્થિતિ ઉપર છે. દરેક પ્રકારની પ્રતિકુળતા દૂર કરવી અને અનુકુળતા કરી લેવી, એ જનસમાજના પેાતાના હાથમાં છે, અથવા જનસમાજનાં જીવનની દેારી જે રાજ્યના કે કાયદાના હાથમાં મૂકેલી છે, તેના સ્વાધીનમાં છે. પેાતાને વસવા માટે કેવાં મકાન જોઇએ અને તેમાં કેવી સગવડ જોઇએ તથા તે સગવડ થેાડે ખર્ચે શી રીતે મળી શકે તેની તજવીજ અને વ્યવસ્થા કરી લેવી, એ દરેક માણસનું

પેાતાનું કામ છે. જાપાનના લેાકેા ઘાસના મકાનેામાં વસે છે, અને થેાડા ખર્ચમાં ઘણી સગવડ કરે છે. તેઓ આપણી પેઠે ગીચ પેાળેા બાંધીને કે ઘર ઉપર બબ્બે ત્રણત્રણ મજલા બાંધીને હવા તથા અજવાળાની બંધી કરીને વસતા નથી. તેઓ હમેશાં સાદાં છાપરાંમાં વસે છે, પણ તેઓ હવા તથા અજવાળાની તથા પુરતી જગાની પૂર્ણ સગવડ રાખે છે. આ દેશનેા જનસમાજ આરેાગ્યતાના નિયમેાને અનુસરતા ઘરેા બાંધી શકે, અને સુવાવડ જેવા પ્રસંગેા માટે એકાદ ખુલ્લી હવાની તથા અજવાળી એારડીને ફાજલ પાડી શકે. આ વાતમાં વિશેષ કરીને નિર્ધનતા નહિ પણ અજ્ઞાનતા આડે આવે છે. ઘરનેા ધણી શણગારેલા સુંદર એારડામાં સુઈ રહે છે અને પેાતાની સ્ત્રીને સુવાવડ આવે છે ત્યારે તેને ઘરની એકાદ અંધારી એારડીમાં કે અંધારા ખુણામાં ઘાલીને આડા પડદા બાંધી અજવાળું પણ બંધ કરે છે! આવી આપણી સમજણ છે! હું કહું છું કે, કદિ ઘરમાં સાંકડ હેાય તેા ઘરધણીએ અથવા ઘરનાં બીજાં માણસેાએ પેાતાને સુવા બેસવાની સગવડ થેાડા દિવસને માટે ગમે ત્યાં કરી લેવી, પણ સુવાવડી સ્ત્રીને માટે ઘરનેા સારામાં સારેા, હવા તથા અજવાળાની સગવડવાળેા, સ્વચ્છ એારડેા કાઢી આપવેા. નવું સૂતિકાગૃહ ન બની શકે, પણ આટલું તેા બની શકે કે નહિ? દેશના દુર્ભાગ્યે આરેાગ્યતા સંબંધી જ્ઞાન ઉપર એવડી મેાટી ગૃહદશા બેઠી છે અને અવળી સમજણ થઇ છે કે, મંદવાડ અને સુવાવડ, જે એ સ્થિતિ એવી છે કે તેમાં ખાસ કરીને અજવાળાની, હવાની, અને સ્વચ્છતાની જરૂર છે, અને તેથી તેમના ખાટલા ઘરની સારામાં સારી સુંદર અને સ્વચ્છ જગામાં રાખવા જોઇએ, તેને બદલે તે એ સ્થિતિમાં તેમના ખાટલા ઘરની નઠારામાં નઠારી જગામાં મંડાય છે! અજ્ઞાનતા તે ક્યાં સુધી! એ અંધારી કેાટડીમાં જરા પવન આવે છે કે તેને ભયથી બંધ કરી દેવામાં આવે છે. જે પવન આપણું નિત્યનું જીવન છે તે પવનને બિચારી સુવાવડી સ્ત્રીને અને તેના નવા જન્મેલાં બાળક પાસેથી બંધ

કરી દેવામાં આવે છે ! અને તેનું પરિણામ શું થાય છે તે તમો જાણો છો? સુવાવડી એક માસે એ અંધારી કોટડીમાંથી બહાર આવે છે ત્યારે શીરાપુરી અને ઘી ઉપર ખૂબ હાથ માર્યો હોય છે છતાં પીળી પચકેલ જેવી હોય છે, અને તેનું બાળક પણ કરમાઈ ગયેલું દેખાય છે. અંધારા ઉપરાંત, સુવાવડની ઓરડીમાં સવારસાંજ છાણાની ધુણી, રાત્રે ઘાસલેટનો દીવો, સુવાવડીની પાસે રહેનારાં એકાદ ડોસીડગરાં, અને વારંવાર જોવા આવનારાં બૈરાંઓની ભીડથી તેમના શ્વાસોશ્વાસની બગડેલી હવા, એ બધાં સુવાવડની આ અંધારી ઓરડીની હવાને વધારે દૂષિત કરે છે; આવી દૂષિત—બગડેલી હવાવાળી કોટડીમાં બાળક જીવતું રહે છે, એ જ આશ્ચર્ય ! અને ખરેખાત ઘણાંક નબળા બાંધાના બાળકો સુવાવડની ખરાબ જગાને લીધે જ સુવાવડના એક માસની અંદર આ સંસારનો શ્વાસ લેતાં બંધ થાય છે !

માટે વૈદ્યવર્ય **વાગ્ભટ્ટની** આજ્ઞા પ્રમાણે તથા હાલના વિદ્વાન ડાક્ટરોની સલાહ પ્રમાણે સુવાવડ માટે બનતી તજવીજથી સારામાં સારી જગા મુકરર કરવી. હાલમાં સરકારની અને શ્રીમંતોની મદદથી સુવાવડખાનાંઓ બાંધવામાં આવે છે. તે પ્રાચીન આર્યવૈદ્યોની આજ્ઞાનું જ અનુકરણ છે, અને હવે તો ઘણા સમજુ લોકો પોતાના ઘર આગળ સગવડ નથી હોતી તેથી અગર ગર્ભિણીની પ્રકૃતિ કાંઈ ભય ઉપજાવે એવી હોય તેથી, પોતાની સ્ત્રીઓને સુવાવડ કરવા માટે આવાં સુવાવડખાનાંઓમાં મોકલી દે છે. જે ગરીબ લોકો ખેતરપાદરોમાં ઝુંપડીઓ બાંધીને વસે છે અને જંગલની ખુલ્લી હવામાં પડી રહે છે તેમને એમની સાદી ઝુંપડી એજ સૂતિકાગૃહ છે, કેમકે એ લોકોની સ્ત્રીઓનો પ્રસવવિધિ કુદરતની કૃપાથી સાદો જ હોય છે. પણ શહેરોમાં વસનારા લોકો એ કુદરતની કૃપાઓથી દૂર હોવાને લીધે તેમને માટે સૂતિકાગૃહો, સ્ત્રી ડાક્ટરો, અને દાયણો, તથા તેમનાં સર્વ ઓજારો, એ બધી તજવીજ કરી રાખવાની જરૂર પડે છે. તમો કુદરતના ધારાઓથી જેટલા વેગળા હો, એટલા કૃત્રિમ ઉપાયોની

વિશેષ તજવીજ તમારે કરવી જ પડે ! ટુંકામાં સમજવાનું એટલું જ છે કે, જે નવા જીવને આ દુનિયા ઉપર અવતરવું છે, તેને પ્રફુલ્લિત રાખવા માટે તેને રાખવાનું ઘર સુઘડ, સુંદર, અને સારી હવાવાળું હોવું જ જોઇએ.

સૂતિકાગૃહ અગાઉથી મુકરર કર્યા પછી તેમાંની નિરૂપયોગી વસ્તુઓ બહાર કાઢી નાંખવી, અને લીંપાવી ધોળાવીને તેમાં ખાટલો મુકવો અને અવતરનાર બાળકને માટે એક માંચી તૈયાર રાખવી. પ્રસવ કરનાર સ્ત્રીને સ્વચ્છ કપડાં પહેરાવી રાખવાં, એ વાત તો પ્રથમ પણ કહેવાઇ ગઇ છે. તેના ખાટલા ઉપર પણ સ્વચ્છ ગોદડાં, સ્વચ્છ ઓશીકાં, સ્વચ્છ ચાદર અને સ્વચ્છ કપડાંનો જ ઉપયોગ કરવો. ગંધાતી મેલી ગોદડી અને ગંધાતાં કપડાનો કદિ પણ સ્પર્શ થવા દેવો નહિ. સુવાવડ વખતે તેની ચાકરી કરનાર તેની મા કે સાસુ કે બહેનપણી, જે હોય તે સુવાવડના કામથી માહેતગાર હોવી જોઇએ અને તેને તેની પાસે જ રાખવી જોઇએ, તથા પ્રસવ વખતે જે શાસ્ત્રજ્ઞ તથા અનુભવી સૂયાણીને બોલાવવાનું નક્કી કર્યું હોય તેને વખતો વખત ખબર આપવા અને તેને સૂચના આપી રાખી હોય એવો વખત નજીક આવ્યો છે એમ લાગે કે તાબડતોબ તેને બોલાવવા માણસ દોડાવવું.

પ્રસવનાં ચિન્હો—પ્રસવવેદના એટલે વેણો શરૂ થયા પહેલાં થોડા દિવસ સુધી સ્ત્રીનું શરીર કાંઇક કૃશ એટલે દુર્બળ લાગે છે અને પેટ નીચે લચેલું દેખાય છે. ગર્ભાશયમાંથી ગર્ભ નીચેના પ્રદેશ તરફ ઉતરેલો લાગવાથી ગર્ભિણીને શરીરમાં કાંઇ હલકાશ લાગે છે. આમ લાગે ત્યારે સમજવું કે હવે ૮–૧૦ દિવસમાં તેને પ્રસવ થશે. પ્રસવવેદના શરૂ થાય ત્યારે નીચે પ્રમાણે લક્ષણો થાય છેઃ—

૧. મૂત્રાશય તથા બસ્તિમાં દાહ થઇને ગર્ભિણીને ઉપરાઉપર ઝાડે પેસાબની હાજત થાય છે. અથવા ઝાડો પેસાબ કરવાની ઇચ્છા થાય છે.

૨. મૂત્રમાર્ગમાંથી ધોળો ચીકણો પદાર્થ પ્રથમ કરતાં વધારે પડવા લાગે છે અને કદિ કદિ તેની સાથે લોહીના બીંદુ મળેલાં દેખાય છે.

૩. વખતે ઉલટી અને મેાળ પણ થાય છે, અને તેમ થાય તેા તે વધારે ઠીક ગણાય છે, કેમકે તેથી કમળનું મેાં વધારે પહેાળું થાય છે.

૪. પછી વેણ આવવા લાગે છે. આ પ્રસવવેદના પ્રથમ પુંઠમાંથી શરૂ થાય છે. પણ કદિ કદિ તે દરદ ગર્ભાશયમાંથી તથા બસ્તિના નીચેના ભાગમાંથી શરૂ થઇને કમરથી પૂંઠના નીચેના ભાગમાં અને જાંગ સુધી પ્રસરે છે. આ વેણ પ્રથમ તેા રહી રહીને આવે છે, એટલે એકાદ મીનીટ આવીને વળી અમુક વખત સુધી બંધ પડી જાય છે. તે પછી હલકી વેદના એકાદ ક્ષણ આવી જઇને અરધેા પેાણેા કલાક બંધ પડી ફરી શરૂ થાય છે. આ પ્રમાણે ઘણેા સમય ગયા પછી વધારે તીવ્ર અને વધારે વખત ટકે એવી વેદના થવા માંડે છે. આવી સ્થિતિ ૧૦–૧૨ કલાક રહે છે અને એટલામાં પ્રસવ થાય છે.

પ્રસવવેદના શરૂ થાય કે સ્ત્રીને એક ઠેકાણે આરામ ખુરસી ઉપર બેસાડી રાખવી અથવા પથારીમાં શાંત પડી રહેવા દેવી. તેનું મન તથા શરીર સુખચેનમાં રહે એવી રીતે તેને સુવા બેસવા દેવી. વેણ આવવા લાગે કે તરત જ પડી રહેવાની કે બેસી રહેવાની જરૂર છે, એમ સમજવું નહિ, કાંઈ કામ કરવાની તેની ઇચ્છા હેાય તેા તે કરવા દેવું. બનતાં સુધી તે હરતીફરતી અને કામ કરતી રહે તેા વધારે સારૂં. પ્રસવ વેદના શરૂ થાય ત્યારથી તે પાણીનેા પરપેાટેા બહાર આવવાને ગર્ભાશયના મુખમાં આવી પહેાંચે ત્યાં સુધીમાં વચમાં ઘણા કલાક જાય છે. આ વખતે સ્ત્રીએ ઝાડા પેસાબ માટે વારંવાર જવું અને ઝાડા પેસાબનાં સ્થાન ખાલી થાય એવી તજવીજ તથા હુશિયારી રાખવી. ઝાડેા થઈ ગયાને ઘણેા વખત થઇ ગયેા હેાય તેા બસ્તિનેા ઉપયેાગ કરીને ફરી કેાઠેા સાફ કરવેા. પ્રસવ વખતે ઝાડા પેસાબનાં સ્થાન ખાલી થયાં હેાય તેા પ્રસવ થતાં કાંઈ અડચણ આવતી નથી. એ વખતે જમવાનેા સમય થાય અને ભૂખ બહુ લાગી હેાય તેાપણ છેક થેાડું ખાવું. જો બની શકે તેા મુદ્દલ નહીં ખાવું. વેણ શરૂ થઇને પ્રસવ થતાં સુધીમાં ખાવાપીવાનું છેક બંધ

કરવું. જો નહિ રહી શકાય તો હલકો અને તે પણ થોડો ખોરાક ખાવો. તરસ લાગી હોય તો ઠંડા પાણી સિવાય બીજું કાંઇ પણ પીવું નહિ.

વેણ જોરમાં થવા લાગે કે પડી રહેવું અથવા સુવું તે ઠીક નહિ; હલકું કામકાજ કરવું અને ફરતા રહેવું. ફરાય નહિ અને એક ઠેકાણે પડી રહ્યા વિના ચેન ન પડે એવું લાગે કે આરામ ખુરશી ઉપર કે પથારીમાં ધીમેથી સુવું.

સ્ત્રીને એમ લાગે કે હવે મારે પડી રહેવું જોઇએ, ત્યારે એમ સમજવું કે પ્રસવની પહેલી મજલ આવી પહોંચી. ગર્ભિણીના મનની તથા શરીરની આવી સ્થિતિ થાય કે ગર્ભાશયદ્વાર પહોળું થઇ ગર્ભ બહાર પડવાની શરૂવાત થઈ, એમ ખાસ માનવું. પ્રસવની પહેલી મજલ થોડી લાંબી ચાલે છે, કારણ કે પ્રથમ વેદના રહી રહીને લાંબે અંતરે ઘણા સમય સુધી ચાલે છે અને છેવટ ગર્ભનું માથું બહાર આવી શકે એવું ગર્ભાશયનું મેાં પહોળું થતાં જ વેણ નીચે જવા લાગે છે અને સ્વચ્છ પડી રહેવાની ઇચ્છા થાય છે. આ વખતે સ્ત્રીને થોડી મોળ તથા ક્વચિત્ ઉલટી પણ થાય છે.

ઉલટી બંધ થઈને ગર્ભનું માથું ગર્ભાશયમાંથી બહાર પડવા માંડતાં જ નીચેના ભાગ તરફ દબાણ થઇ તે ભાગ પહોળો થતો રહે છે. તે વખતે બહુ વધારે તીવ્ર અને ઉપરાઉપર વેણો આવવા લાગે છે. આ છેવટની અણી ઉપર જરા દમ છોડીને જોર કરવાની ઇચ્છા થાય તો તેમ કરવામાં અડચણ નથી. પ્રસવની છેવટની અણી આવ્યા પહેલાં કરાંઝવાથી અથવા જોર કરીને વેણો લેવાથી નુકશાન છે, એ વાત ખાસ ધ્યાનમાં રાખવા જોગ છે.

પ્રસવની વેણોના અંતમાં પ્રસવની અણી ઉપર કેટલીક સ્ત્રીઓને એમ લાગે છે કે હવે હું બચવાની નથી તથા અવતરનાર બાળકનું હું મેાં જોઈ શકનાર નથી; આવી ગભરામણ ભરેલી અને ચિંતા ભરેલી માનસિક સ્થિતિ થાય તે ઇચ્છવા જોગ નથી; કદાચ એક વખત તેને એવો ભય લાગી જાય તોપણ તે ભય લાંબો વખત રહે-

નાર નથી એવું સમજીને સ્ત્રીએ હિંમત રાખવી અને સુયાણીએ તથા આસપાસનાં માણસોએ તેને ઉત્સાહમાં તથા હિંમતમાં રાખવાની તજવીજ તથા ખબરદારી રાખવી; તેને વારંવાર દિલાસો આપવો કે તેને કાંઇ હરકત થવાની નથી અને હમણાં જ છુટાછેડા થઇ જશે.

અત્યાર સુધી પ્રસવ કરનાર સ્ત્રી ચતી સુવે અગર ઇચ્છામાં આવે તે પડખાભર સુવે, તેની હરકત નહિ; પણ હવે તેણીને ડાબા પડખાભર અને પેટ કરતાં પીઠ તરફ જરા વધારે ઢળતી સ્થિતિમાં સુવાડવી અને પ્રસવ થાય ત્યાં સુધી તેને એ જ સ્થિતિમાં સુવાડી રાખવી.

થોડા સમયમાં એક તીવ્ર વેદના સાથે ગર્ભનું માથું બહાર પડે છે. માથું બહાર પડ્યું કે સુયાણીએ તે માથાને પોતાના એક હાથમાં જરા ઉંચકીને ધરી લેવું, જેથી માથાનો ગરદન ઉપર ઝોળ પડે નહી કે ગરદન મરડાય નહિ. આ વખતે સુયાણીએ બીજા હાથ વતી બાળકના ડોકની આસપાસ નાળ વીંટાયેલી કાયમ છે કે નહિ તે આંગળીથી તપાસી ધીમેથી ઉકેલીને ખાંધ ઉપર પડે એમ કરવું. ઓરને ધક્કો ન લાગે એવી રીતે આ કામ બહુ તજવીજથી તથા નાજુકાઇથી કરવા જેવું છે. કદાચ સહેલથી તે કામ ન બની શકે તો વધારે પ્રયત્ન કરવો છોડી દઈને નાળ જેમ વીંટાયેલી હોય એમજ રહેવા દેવી.

આ સ્થિતિમાં પ્રસૂતાને કાંઇ સમય સુધી વિશ્રાંતિ મળ્યા વિના બીજી વેણ અથવા બીજો વેગ આવતો નથી; તેથી સુયાણી ગભરાઇ જાય એવો સંભવ છે. પરંતુ ગભરાવાનું કાંઇ કારણ નથી. કારણ કે માથું બહાર આવ્યા પછી અને ધડ બહાર આવતાં પહેલાં નાળ તથા ઓર દ્વારા રૂધિરાભિસરણ ચાલતું હોય છે, છતાં શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયાની શરૂઆત થયેલી હોતી નથી.

તરત જ સખ્ત વેણના વેગ સાથે બાળકનું આખું શરીર (ધડ) બહાર આવે છે. તે સુયાણીએ બીજા હાથમાં ધરી લેવું અને આ પ્રમાણે એક હાથ ઉપર માથું અને બીજા હાથ ઉપર શરીર ધરીને તે બાળકને સુવાવડીથી થોડે દૂર લઈ જવું. બાળકના શરીર ઉપરની

ઓર ફાટીને બાળક બહાર આવે છે, પણ કદિ આ ત્વચા સાથે બાળક જન્મે તેા સૂયાણીએ તે ત્વચા તાબડતેાબ હાથવતી અથવા કાતરવતી કાઢવી, નહિ તેા બાળક તે ઓરના પડદાની અંદર તે ગુંગળાઇ મરે છે.

પછી સૂયાણીએ તે બાળકને આરામ મળે તથા શ્વાસેાશ્વાસની ક્રિયામાં કેાઇ પ્રકારની અડચણ નહિ પડતાં ઠીક પડે એવી રીતે તેને સુવાડવું, એટલે તે તરતજ શ્વાસેાશ્વાસ લેવા લાગે છે અને બહુધા સપાટાબંધ રેાવા પણ લાગે છે. બાળકનું આ પ્રથમનું રેાવું તેની માતાને આનંદદાયક લાગે છે.

બાળક જન્મીને શ્વાસેાશ્વાસ લેવા લાગે છે કે તે જ વખતે નાળની ધમની બંધ પડે છે. અત્યાર સુધી તે બાળક આ નાળ મારફત તેની માતાના ગર્ભસ્થળમાંથી રૂધિરનું પેાષણ લેતું હતું. કુદરતની કેાઇ અદ્દભુત ક્રિયાથી બાળક બહાર આવીને શ્વાસેાશ્વાસ લેવા લાગે છે કે નાભી મારફત રૂધિર ચડવાની ક્રિયા બંધ પડી જાય છે. પછી નાળની નાડી બે આંગળીથી દબાવીને તેનું ઉડવું (તેમાં ચાલતી રૂધિરની ક્રિયા) તદન બંધ પડયું છે એવી ખાત્રી થાય કે નાળ છેદન કરવું. નાળ છેદન કરવાની રીત એવી છે કે નાભિ પાસે એકાદ તસુ છેટે નાળ ઉપર દેારીનેા બંધ બાંધવેા અને પછી બે ગાંઠની વચમાં કાતર મુકીને નાળ કાપી નાખવી અને દેારી બાંધીને બાળકને ગળે લટકાવવેા. બાળકને ગરમ કપડાં (બાળેાતીયાં)માં ઘાલીને સુવાડવું પણ મેાં ઉપર કપડું ઓઢાડવું નહિ; તેમજ તે સહેલથી શ્વાસેાશ્વાસ લઈ શકે અને તેને સ્વચ્છ ખુલ્લી હવા મળે એવી રીતે સુવાડવું.

આ પછી લગભગ પા કે અરધા કલાકે ફરી એક ત્રીજો વેગ આવીને ઓર બહાર પડે છે. નાળ છેદન કરવામાં આવે ત્યારથી તે બધી ઓર બહાર આવી પડે ત્યાં સુધી તે ઓરને હાથમાં પકડી રાખવાની જરૂર છે એમ કેટલીક સ્ત્રીઓ સમજે છે; તે સમજણ ભૂલભરેલી છે. એમ કરવાની કાંઈ પણ જરૂર નથી. ફક્ત તેની આસપાસ ઉપર કહ્યા પ્રમાણે દેારી વીંટીને તથા આમળેા દઇને રા-

ખવેા એટલે બસ છે, અને તેથી રક્તસ્રાવ થવાની બીક દુર થાય છે. ક્વચિત એારને સંપૂર્ણપણે બહાર આવતાં કેટલાક કલાક લાગી જાય છે. આમ બને છે ત્યારે કરાંઝીને તે બહાર કાઢવા માટે કૃત્રિમ વેગ આવવાનેા પ્રયાસ કરવેા નહિ અથવા બળ જોરથી તેને બહાર ખેંચી કાઢવાની મૂર્ખાઇ કરવી નહિ. અનુભવી વૈદ્ય કે સૂયાણી સિવાય બીજા કેાઈ અણઘડ માણસે આ કામમાં હાથ ઘાલીને ગડબડ કરવી નહિ. ઘણી વાર તેથી ખરાબી થાય છે અને પાછળથી પસ્તાવું પડે છે. એાર પડતાં વાર લાગે તેની હરકત નહિ. કેટલાક કલાક સુધી એમજ વાટ જોતાં બેસી રહેવામાં કાંઇ નુકસાન નથી. ઘણા વખત પછી પણ તે એાર સ્વાભાવિક વેગથી જ બહાર પડશે, માટે ત્યાં સુધી નિશ્ચિંતપણે સ્વસ્થ બેસી રહેવું.

આ પ્રમાણે પ્રસવની તૈયારી કરવી અને પ્રસવના કાર્યની તજવીજ રાખવી. જો બરાબર તજવીજ નથી રહેતી અને ઉતાવળ કરવામા આવે છે તેા પ્રસૂતાના તેમજ અવતરનાર બાળકના કેાઇ એકાદ અંગને કે તેના પ્રાણને હાનિ પહેાંચી જાય છે. કેટલીક વાર એવી હાનિ થાય છે કે તે પાછળથી દરેક સુવાવડ વખતે પીડાકારી થઈ પડે છે. પ્રસવ કરવા કે કરાવવાના અજ્ઞાનથી સગર્ભાવસ્થામાં નવ માસ સુધી રાખેલી સઘળી તજવીજ એકાદ કલાકમાં ધુળ મળી જાય છે, માટે બાળકને ગર્ભમાં ઉછેરવાની જેટલી તજવીજ અને કાળજી રાખવાની જરૂર છે એટલી જ તજવીજ અને કાળજી પ્રસવ ક્રિયામાં રાખવી.

પ્રકરણ ૩૯ મું.

સુવાવડીની સારવાર.

सर्वतः परिशुद्धा स्यात् स्निग्धपथ्याल्पभोजना ।
स्वेदाभ्यंगपरा नित्यं भवेन्मासमतंद्रिता ॥

" પ્રસૂતા સ્ત્રીએ સર્વ પ્રકારે સ્વચ્છ થઇને સ્નિગ્ધ એટલે વાયડુ કે લુખું નહિ એવું નરમ, હલકું, પથ્ય તથા થોડું ભોજન કરવું; નિત્ય સ્વેદન તથા તેલનો અભ્યંગ, (માલીસ) કરાવવો, અને એક માસ સુધી બહુ નિયમથી રહેવું. "

પ્રસવક્રિયા પૂર્ણ થયા પછી એટલે ઓર સંપૂર્ણ પડીને પ્રસૂતિ પ્રસવ વેદનામાંથી મુક્ત થઇ સ્વસ્થ થયા પછી તથા સ્નાન વગેરેથી સ્વચ્છ થયા પછી તેને નિરાંતે સુવા દેવી. તેની સુવાવડ અથવા સારવાર કેવી રીતે કરવી તેનો હવે થોડો વિચાર કરીએ.

કાંઇ પણ વિઘ્ન વિના ઓર પડી ગયા પછી લોહી વગેરેથી ખરડાયેલાં તેણીનાં કપડાં તથા પાથરણાં બદલીને બીજાં ચોખ્ખા કપડાં તથા પાથરણાં આપવાં. પછી તેણીને ગરમ પાણીથી સ્નાન કરાવવું, જેથી તેનો સર્વ શ્રમ ઉતરી જઇ શરીર હલકું પડશે, તેણીને ઘણો જ આરામ મળશે અને સારી ઉંઘ આવી જશે.

પ્રસવ થયા પછી તરત જ સુવાવડીનું પેટ તાણીને બાંધવાનો ચાલ કેટલેક ઠેકાણે પરાપૂર્વેથી ચાલ્યો આવે છે, પરંતુ જો તે નિરોગી હોય અને આગળ કહ્યા એવા નિયમોથી વર્ત્તનારી હોય તો તેણીના પેટ ઉપર આવી રીતે તાણીને બાંધવાની કશી જરૂર નથી. તથાપિ એવા બંધનની જરૂર પડે તો પેટ ઉપર ભીનાં કપડાં નીચોવીને બાંધવાં, કેમકે કોરાં—સુકાં કપડાં કરતાં ભીનાં કપડાંથી તે હેતુ વધારે સારી રીતે પાર પડે છે. પેટ ઉપર બંધન બાંધવાનું કારણ

માત્ર એટલુંજ છે કે તે બાંધવાથી પેટ ઢીલું ન પડે અને ઢીલી પડેલી નસો પાછી હતી તેવી થાય અને ભીનાં કરેલાં કપડાં બાંધવાથી તે કાર્ય વધારે સારૂં થાય છે. આ વાતનો સાર એ છે કે, જે કારણોથી સાધારણ પ્રકૃતિમાં પેટના સ્નાયુ નબળા પડે છે તેજ કારણોથી પ્રસવ પછી તે સ્નાયુના તંતુઓ ઢીલા પડે છે. પરંતુ જો પ્રસૂતાનું આરોગ્ય સારૂં હોય અને શરીર દૃઢ હોય તો તે સ્નાયુઓમાં બળ કાયમ રહે છે અને પેટના આકારમાં કે સ્થિતિમાં ફેરફાર થતો નથી, અને તેથી બંધનની પણ જરૂર નથી, વળી પેટ બાંધવાની ચાલતી રીત પણ એવી કઢંગી છે કે તેથી થવો જોઇએ તેવો ઉપયોગ થતો નથી; કેમકે હાથ લાગ્યું એવું જુનું પુરાણું મેલું અને જાડુ કપડું લઇને પેટ ઉપર જેમ તેમ આંટા મારીને વીંટવામાં આવે છે અને ગાંઠ બાંધવામાં આવે છે. આવું બંધન થોડા જ વખતમાં નીચે ઉતરી જાય છે અને ઢીલું પડે છે. તેથી તે બંધન બાંધવાનો હેતુ તો બાજુ ઉપર રહે છે, પણ તે ઉલટું સુવામાં અડચણ કરે છે.

સુવાવડીના પેટ ઉપર કપડાનો પાટો બાંધવો હોય તો તે સારા સ્વચ્છ નવા તથા મજબુત કપડામાંથી ચીરી કાઢેલા પહોળા ચીરાની સરખી ઘડી કરીને પેટની આસપાસ વીંટવું અને ઢીલું ન પડે માટે ટાંકણીથી ઠીક કરીને બાંધવું તથા ત્રણ ચાર કલાકે બદલવું; જો એમ ન કરવામાં આવે તો પરસેવાથી બગડીને તે કપડામાંથી ખરાબ વાસ આવવા લાગે છે. ઉનાળાના દિવસોમાં તો તે કપડું વારંવાર બદલવું જોઇએ; બીજી ઋતુમાં રોજ એકવાર તો જરૂર બદલવું. પ્રથમ કહ્યા પ્રમાણે કોરા કપડા કરતાં ભીંજાવેલ કપડાને સારી રીતે જોરથી નીચોવી કાઢીને તે ભીનું કપડું પેટ ઉપર લપેટવું તે વધારે ફાયદાકારક છે અને તે ભીનું કપડું પણ વારંવાર બદલવું અથવા તેને જ ફરી પાણીમાં બોળી સાફ કરી ખુબ નીચોવીને ફરી બાંધવું.

પેટની આસપાસ ભીનું કપડું વીંટવાને બદલે ખાદીનો અથવા એવો જ બીજો ખડબચડો ટુવાલ ઠંડા પાણીમાં ભીંજવીને તથા ખુબ

જોરથી નીચોવી કાઢીને તે પેટ ઉપર મૂકવો અને તે પણ વારંવાર બદલવો. આ ભીનું બંધન અથવા ભીનો રૂમાલ બાંધવાની મતલબ એ છે કે તેનાથી પેટના સ્નાયુમાં જોર આવે અને પેટને ઢીલું પડવા દે નહિ. વળી તેનાથી ગર્ભાશયનો પુરેપુરો સંકોચ થઇને તે પ્રથમના જેવું થાય. આ ભીના બંધનથી રક્તસ્રાવનો એટલે લોહી પડવાનો કે તાવ આવવાનો ભય પણ દૂર થાય છે. સુવાવડીના પેટ ઉપર ભીનું કપડું રાખવાની આ વાત ઘણાને વાંધા ભરેલી લાગશે, પણ તે રીત જંગલમાં વસનારા લોકોમાં હજુ ચાલે છે. અનુભવ કરી જોવાથી ખાત્રી થશે કે આ શીતોપચારથી કાંઈ પણ નુકસાન થતું નથી. પણ પ્રસવ વખતની વેદના તથા તે વેદનાથી સ્ત્રીના શરીરને લાગેલ ધક્કામાં એ શીતોપચારની મદદ થઇ પડીને તેને આરામ મળે છે.

પ્રસવ પછી પ્રસુતાને સ્નાન કરાવવું, કપડાં બદલવાં, બિછાનું બદલવું, વગેરે કાર્યમાં તેને કાંઇ પણ અડથલો કે ઇજા ન પહોંચે તેની પાસેની સ્ત્રીઓએ ખબરદારી રાખવી. જો સ્ત્રી નિરોગી હોય અને પ્રથમથી જ નિયમિતપણે વર્તેલી હોય તો આવો શ્રમ સહન કરી શકે છે અને તેને રક્તસ્રાવ થતો નથી, પણ જો સ્ત્રી નબળી રોગી અને ગર્ભાવસ્થામાં અયોગ્ય રીતે ચાલી હોય તો શરીરને થોડો શ્રમ કે અડથલો લાગતા રક્તસ્રાવ થઈ જાય છે, માટે તેવું ન બને તેની તજવીજ રાખવી.

સુવાવડની ઓરડી અજવાળાવાળી, ખુલ્લી હવાવાળી અને સ્વચ્છ રાખવી, એ વાત એક વાર કહેવાઇ ગઈ છે, તોપણ ફરી આગ્રહથી કહેવામાં આવે છે. ઘણા લોકો અને ખાસ કરીને અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ એવું માને છે કે સુવાવડીના ઓરડામાં જરા પણ પવન નહિ જવો જોઇએ, અને તેથી તે ઓરડામાં બારી બારણાં કે એકાદ બાકોરૂં હોય છે તે પણ બંધ કરે છે. આમ કરવું એ સુવાવડી સ્ત્રીની આરોગ્યતાને અને વિશેષ કરીને અશક્ત તથા નાજુક પ્રકૃતિની સ્ત્રીની તન્દુરસ્તીને નુકસાન કરનારી વાત છે. સુવાવડીની

ઓરડી બંધ કરવાથી સુવાવડી તથા તેની સારવાર કરનાર અને તેની તબીયત જોવા આવનાર સ્ત્રીઓના શ્વાસોશ્વાસથી તે ઓરડીની હવા બગડે છે, અને તેની ખરાબ અસર સુવાવડીની નાજુક પ્રકૃતિ ઉપર થયા વિના રહેતી નથી. સુવાવડીની ઓરડી પૂર્ણ તાજી હવાવાળી, અજવાળાવાળી તથા સ્વચ્છ હોવાની અવશ્ય જરૂર છે. વળી સુવાવડીને બોલાવવા કે મળવા આવનાર સ્ત્રીઓને તેની ઓરડીમાં જવાની સખ્ત મના કરવી. માત્ર તેની સારવાર કરનાર એકાદ ઘરની સ્ત્રી તથા સુયાણી સિવાય સર્વને અંદર જવાની મના કરવી. સુવાવડીના ખાટલા પાસે અનેક સગીઓ અને પડોસણો આવી આવીને બેસે છે, અને પોતાને તથા બીજી સુવાવડી સ્ત્રીઓને જે જે અડચણો આવેલી હોય છે તેની ભય ભરેલી અને ચિંતા ભરેલી વાતો કરીને તથા અનેક ગપ્પાં મારીને સુવાવડીને ઉલટી ઉભરાવી દે છે. આપણા ઘરસંસારની હાનિકારક જંગલી રસમોમાં આ પણ એક ઘણી જ જંગલી રસમ છે. માટે સુવાવડી સ્ત્રી તથા તેના નાજુક બાળકની દયા ખાત્તર તથા રક્ષણ ખાતર આ જંગલી રસમને જેમ બને તેમ જલદી તિલાંજલી દેવી જોઇએ, અને સુવાવડીને જેમ બને તેમ વધારે સ્વસ્થ, શાંત અને નિર્ભય સ્થિતિમાં રાખવી જોઇએઃ

સુવાવડીના ખાનપાનની બાબતમાં પણ શીરોપુરી અને માલ મલિદા કરીને તેને ખવરાવવાની રૂઢીની વિરૂદ્ધ લખવાની જરૂર પડે છે. અલબત, ઘણીક નિરોગી સ્ત્રીઓને આવો ખોરાક પચતો હશે, તોપણ વારંવાર તેમાંથી ઉપદ્રવો થઇ આવે છે. ખાસ કરીને નબળા બાંધાની, નબળી પાચન શક્તિની, અને રોગી સુવાવડીને આવો ભારે ખોરાક ઝેર સમાન થઇ પડે છે. પ્રસવના દિવસથી તેને હલકો ખોરાક આપવો અને એવો હલકો ખોરાક દશ પંદર દિવસ સુધી જારી રાખવો, અને તે પછી જ થોડે થોડે પાચનશક્તિ પ્રમાણે વધારે પુષ્ટિકારક ખોરાક આપવા માંડવો. આપણા લોકો સુવાવડીને દુધ આપતાં ડરે છે અને કેટલાક લોકો તો એમ માને છે કે સુવાવડમાં દુધ

અપાય જ નહિ. હાલમાં ડાક્ટરી સલાહ પ્રમાણે ચાલતી સારવારમાં સુવાવડી સ્ત્રીઓને પ્રસવ થતાં જ દુધની કાંજી અને દુધ ભાત આપવામાં આવે છે અને તેમાં કાંઈ પણ નુકસાન થતું હોય એમ જોવામાં આવતું નથી. દેશી વૈદકશાસ્ત્રમાં પણ ખાસ કારણ વિના દુધની મના કરવામાં આવી નથી. પ્રસવ પછી થોડા દિવસ સુધી સુવાવડી શરીરે બેચેન, અસ્વસ્થ અને અશક્ત હોય છે અને તેથી તે ભારે ખોરાક પચાવી શકવાની સ્થિતિમાં હોતી નથી. આ કારણથી કેટલેક ઠેકાણે પ્રસવ થયા પછી એકાદ ટંક સુવાવડીને લાંઘણ ખેંચાવી કાઢે છે. દુધ ભાત કે ગોળ અને લોટની સાદી પાતળી રાબડી આપવાથી આ હેતુ પાર પડે છે અને સુવાવડી અશક્ત થતી નથી. બહુ ઘીવાળા પદાર્થો, જેમકે શીરો, લાડુ, લાપશી તેમજ ચા કૉફી અને બીજાં ગરમાગરમ પીણાં તથા ઝાડાનો કબજો કરનારા વાયડા પદાર્થો, એ સર્વેનો ત્યાગ કરવો. સુવાવડના પ્રથમના દશેક દિવસ સુધી સુવાવડીની નાજુક પ્રકૃતિને લીધે, ખાનપાનની યોગ્ય તજવીજ નહિ રહેવાથી અને ન પચે એવી ભારે ચીજો ખવરાવવાથી મળનો દોષ થઇને અનેક વિકારો થાય છે, અને ઘણી સ્ત્રીઓ સુવાવડમાં ખોરાકના કારણથી જ માંદી પડે છે, અને તેમાં કેટલીક મૃત્યુ પણ પામે છે.

પ્રસવ થયા પછી સુવાવડીને દશમે દિવસે નવરાવવાનો આપણા તરફ ચાલ છે. દશ દિવસ સુધી પ્રસવ વખતની ગંદકી, ઘામ, પરસેવો, તાપનો બાફ, બંધ હવા અને તેથી વાસ મારતું શરીર તથા વાસ મારતાં કપડાં સહિત ગંધાતી પથારીમાં સુવાવડીને સુવાડી મુકવામાં આવે છે. વૈદકશાસ્ત્ર ફરમાવે છે કે પ્રસવ થઇને ઓર પડી ગયા પછી તેને સ્નાન કરાવી સ્વચ્છ કપડાં પહેરાવવાં અને તેની પથારી પણ બદલી નાંખવી. સુવાવડીને પ્રસવ પછી રોજ ગરમ પાણીથી નવરાવવી. સારી રીતે શરીર ઘસી ચોળીને જલદી નવરાવી લઇ તાબડતોબ શરીર કોરૂં કરી બીજાં સ્વચ્છ કપડાં પહેરાવવાં.

સુવાવડીને રખેને ટાઢ ચઢી જશે એવા ભયથી કેટલેક ઠેકાણે તો તેને જ્યારે દશ દિવસે નવરાવે છે ત્યારે આંધણ જેવા ગરમ પાણીના હાંડા ને હાંડા તેના શરીર ઉપર રેડીને તેના શરીરને તથા લોહીને ઉકાળી દે છે !

પ્રસવ પછી ત્રીજે ચોથે દિવસ પ્રસૂતાના સ્તનમાં દુધ ભરાય છે, સ્તન મોટાં તથા કઠણ બને છે અને તેમાં ઓછું વધતું દરદ પણ થવા લાગે છે. બાળક ધાવવા લાગે છે એટલે સ્તનનું દુધ ઓછું થઇ પીડા પણ ઓછી થાય છે. જો ધાવણ ઘણું ચડી આવે અને બહુ પીડા થાય તો બીજા સાદા ઉપાયોથી ધાવણ કાઢી નાખવાથી તથા ખોરાક સાદો આપવાથી બહુ પીડા થશે નહિ. ધાવણ ચડી આવવાને લીધે ઘણીક સુવાવડીને ત્રીજે ચોથે વાસે જરા માથું ચડી આવે છે, અને અંગ દુખવા આવીને એકાદ દિવસ તાવ પણ આવી જાય છે, આ તાવ દુગ્ધજ્વર એટલે દુધનો તાવ કહેવાય છે. ધાવણ વિશેષ ચડી આવવાથી આમ બને છે, માટે પ્રસવવેદના શરૂ થાય ત્યારથી તે આ દુગ્ધજ્વર આવીને જાય ત્યાં સુધી સુવાવડીને છેક સાદો તથા ઓછો ખોરાક આપવો. અલ્પ આહારની અશક્તિથી નહિ ડરો, પણ અતિ આહારના અજીર્ણથી ડરી જઇને ચાલો. પ્રસવ થઇ ગયા પછી સુવાવડી સ્ત્રીઓને વારંવાર તાવ, ઝાડો, વગેરે જે મંદવાડ આવે છે તેનું મૂળ અયોગ્ય અને ભારે ખોરાકનો અપચો છે, એમ ખાત્રીથી સમજવું.

ધાવણથી ભરેલાં સ્તનને ત્રાસ તથા ઇજા ન થાય તે માટે બાળકને ધવરાવતી વખતે બે આંગળીવતી સ્તનની ડીંટડીને હલકા હાથે દાબીને થોડું ધાવણ કાઢી નાખવું તથા ધોવાની વાદળીથી કે બીજા નરમ ભીના કપડાવતી સ્તનની બોટણીને ધોઈ કોરી કરીને તેના ઉપર આરારૂટ, તપખીર કે શંખજીરાની ભુકી ભભરાવવી. દરેક વખતે બાળકને ધવરાવતી વેળાએ સ્તનની આવી તજવીજ રાખવાથી કાંઇ પણ પીડા થતી નથી. એ તજવીજ નહિ થવાથી

ઘણી વાર સુવાવડી સ્ત્રીને સ્તનમાં વ્રણ પડે છે, ચીરા પડે છે, અ-થવા સ્તનપાક થઈ આવીને અસહ્ય પીડા સાથે ગંભીર મંદવાડ આવી પડે છે.

હાલના નવા સુવાવડના શાસ્ત્રમાં એટલે મિડવાઈફ્રીમાં સુવા-વડીની સારવારના નિયમોમાં એવો ભય બતાવવામાં આવે છે કે પ્રસવ થયા પછી સુવાવડી સ્ત્રીએ ખાટલામાંથી જરા પણ આઘુ ખસવું નહિ, તો પછી ઉઠબેસની તો વાત જ શા માટે કરવી! કહે છે કે એમ થાય તો સુવાવડી મૂર્છા ખાઇને પડે છે, તથા લોહી તૂટી પડે છે. 'આ મિડવાઈફ્રી' સુધરેલી નાજુક સ્ત્રીયોને માટે છે, અને સુધરેલી નાજુક પ્રકૃતિની સુવાવડીઓના શરીરને જરા શ્રમ થવાથી ઉપર કહ્યું તેનું બનતું હશે. નિયમિત રીતે અને કુદરતી રીતે વર્તન રાખવાવાળી સ્ત્રીઓએ આટલો બધો ભય રાખવાનું કંઇ કારણ નથી, કેમકે અગાઉ કહ્યા પ્રમાણે ગરીબ અને મજુર વર્ગની સ્ત્રીઓ પ્રસવ કરીને તે જ વખત પગે ચાલતી ચાલી જાય છે, અને બેચાર દહાડે ઘરના કામકાજમાં પણ લાગી જાય છે. તોપણ હાલની નબળી અને નાજુક સ્ત્રીઓએ તો દશ દિવસ સુધી ખાટલામાં જ રહેવું, એ સલા-મતી ભરેલું છે.

સુવાવડી સ્ત્રીના ખાટલા નીચે શેક નાખવાનો ચાલ છે, તેમાં પણ ઘણીવાર ઋતુ કે પ્રકૃતિનો કશો વિચાર થતો નથી, અને જ્યાં બહુ તાપની જરૂર નથી હોતી ત્યાં હદ ઉપરાંત તાપ નાખીને સુવાવડીને શેકી નાખવામાં આવે છે. આ તાપથી સુવાવડી કરતાં તેના કુમળા બાળકને વધારે હરકત પહોંચે છે. વધારે શેકથી ઘણાક છોકરાના શરીરે ફોલ્લા પણ ઉઠે છે અને તાપમાં રંધાઇને મરી પણ જાય છે. આવા ફોલ્લા ઉઠે છે ત્યારે રતવા થયો એવું માની લેવામાં આવે છે.

આ પ્રકરણ સમાપ્ત કરતાં એક ઘણી જ નામોશી ભરેલી જંગલી રૂઢી તરફ હું આપનું ધ્યાન ખેંચું છું. એ રૂઢી એ છે કે સુવાવડી સ્ત્રીને એક અભડાયેલી સ્ત્રી માનીને ઘરનાં માણસો તેનાથી

છેટાં છેટાં રહે છે, અને રખેને તેને છુવાઇ જવાથી શરીરે કાંઇ પાપ ચોટી જશે, એવા વિચારથી તેની સારવારનું સર્વ કામ હલકા વર્ગની ભાડુતી સુયાણી અથવા ચાકરડીને હાથે લેવામાં આવે છે. આના જેવી મૂર્ખતા બીજી એક પણ નથી ! સુવાવડીની સર્વ સારવાર અને તેના કુમળા બાળકની સારવાર એવી હલકી જાતની હજામડીઓને સોંપવામાં આવે છે, કે જેમના મનમાં કશી સારી લાગણી તો હોયજ નહિ. તેઓ બે ટંક ભાડુતી માણસના જેવું કામ કરીને ચાલી જાય છે, અને પછી આખો દિવસ અને રાત સુવાવડી એકલી પડી રહે છે, અને તેને કાંઈ જોઇએ છીએ તો જેમ ઢેઢભંગીને છેટેથી ફેંકી દેવામાં આવે છે તેમ સુવાવડીને પણ છેટેથી આપવામાં આવે છે. કેટલાક તો એવા પણ મરજાદીઓ પડયા છે કે પહેલું નાવણ નવરાવ્યા પહેલાં ઘરના માણસો સુવાવડીના ઓરડામાં પેસતાં જ નથી ! જે સુવાવડીનું અને તેના કુમળા ફુલ જેવા બાળકનું રક્ષણ ફુલની પેઠે ક્ષણે ક્ષણે કરવાની જરૂર છે, અને ખાસ કરીને દશ દિવસમાં તો બહુ જ સંભાળ રાખવાની જરૂર છે, તે સુવાવડીથી ઘરનાં અંગત માણસો તો છેટેનાં છેટે રહે છે, એ કેટલી બધી બેવકૂફી ! સુવાવડીને અડકવાથી શું ચોટી જાય છે, કે અભડાઇ જવાય છે, તે હું સમજી શકતો નથી, પ્રસવ વખતે બધી તજવીજ રાખવામાં આવે છે તો લોહી, ઓર, વગેરે સર્વ મલિન પદાર્થોને પથારી ઉપર પાથરેલાં બીજાં લૂગડાંઓ ધરીને તેમાં લઇ ફેંકી દઇ શકાય છે; સુવાવડીનાં પરસેવાવાળાં કે મેલાં કપડાં બદલી શકાય છે, તેને નવરાવી શકાય છે, અથવા તેમ ન બને તો ગરમ પાણીમાં વાદળી કે કપડું બોળી નીચોવીને સુવાવડીનું શરીર લુછીને સ્વચ્છ કરી શકાય છે, અને સુવાવડીના ઓરડામાં સુગંધી પદાર્થો તથા ધૂપથી હવાની શુદ્ધિ કરી શકાય છે. આ બધી તજવીજ થઇ શકે એવી છે; પણ તમો તો તેમ કરવાને બદલે તેને ગંધાતી ગોદડીમાં સુવાડી મૂકો છો, અને પછી તેનાથી અને તેની કોટડીથી પણ અભડાઈ જવાના ભયથી દૂર-

ના દૂર રહો છો! સ્વચ્છતા રાખવાની જરૂર છે અને બનતાં સુધી સુવાવડના ખાટલાનો કે સુવાવડના ઓરડાનો સ્પર્શ કે સંબંધ ઘરના બીજા ભાગોમાં નહિ થવા દો, પરંતુ એટલા માટે સુવાવડીથી અને તેના ઓરડાથી દૂર દૂર નાસતા ફરવું, એ તો કેવળ મૂર્ખાઈ જ છે. કયાંઇ કયાંઇ સુવાવડીની સારવારમાં ઘરની સ્ત્રીઓ દાખલ થાય છે, અને મદદ કરે છે, તોપણ તે થોડી સારવાર કરવાથી અભડાઇ જાય છે, તેથી સ્નાન કરીને પાછી આઘે ખસી જાય છે, અને બિચારી સુવાવડીની બાકીની ઉઠવેઠ કાંતો તે પોતાને હાથે કરી લે છે અથવા ભાડાની હજામડીના હાથે કરાવવામાં આવે છે.

સુવાવડી સ્ત્રીને નિત્ય અગર જ્યારે જ્યારે નવરાવવામાં આવે ત્યારે તેને ગરમ પાણીથી જ નવરાવવી. ઘણીક મૂર્ખ સ્ત્રીઓ એક બે નાવણ નાહ્યા પછી બેદરકારપણે ઠંડા પાણીએ નહાવા લાગે છે; અથવા કેટલીક તો નદી કે તળાવમાં પડીને ન્હાવા લાગે છે. પરંતુ કાચા વાસામાં આવી રીતે ઘેર કે બહાર ઠંડા પાણીથી ન્હાવાથી ઘણું નુકસાન છે. સુવાવડની મુદત દોઢ માસની ગણાય છે; માટે દોઢ માસ સુધી સુવાવડના આહાર વિહાર સંબંધી બધા નિયમો પાળવા જોઇએ; ખાટા પદાર્થોનો છેક ત્યાગ કરીને જેમ બને તેમ સાદો ખોરાક ખાવો જોઇએ, અને દશ વાસા પછી તન્દુરસ્તી સારી હોય અને શરીરમાં તાકાદ આવે તથા પાચન શક્તિ સારી હોય તો શીરો વગેરે ઘીવાળો પૌષ્ટિક ખોરાક ખાવો, પણ તે સાચવી સંભાળીને ખાવો. અકરાંતી-આપણે નહિ જ ખાવો.

પ્રકરણ ૪૦ મું.

બાળ શુશ્રૂષા.

शुक् क्रोध लंघनायासाः स्तन्यनाशस्य हेतवः।
स्तन्यप्रवृद्धये कुर्यात् क्षीरादीनां च सेवनं॥

" શોક, ક્રોધ, લાંઘણુ, તથા અતિ શ્રમ કરવાથી ધાવણ નાશ પામે છે: ધાવણ વધારવા માટે દુધ વગેરેનું સેવન કરવું. "

જન્મ પામેલા બાળકને કેમ ઉછેરવું, તે સંબંધી આપણી સ્ત્રીઓમાં ઘેાર અજ્ઞાન છે. માટે બાળક જનમ્યા પછી તેને ઉછેરવાના કેટલાક મુખ્ય નિયમેા આ નીચે આપવામાં આવે છે:—

૧. બાળક જન્મે કે તેને થેાડા વખતમાં જ મળ એટલે ઝાડેા થાય છે. જો ઝાડેા ન થાય તેા ઝાડેા થાય એવી તજવીજ કરવી. પા કે અરધી ચમચી એરંડીયું તથા થેાડું મધ મેળવીને ચટાડવાથી તેને મળ છુટે છે. જો ઘણીવાર સુધી મળ બંધ રહે તેા કેટલીકવાર બાળક તણાઇ જાય છે અને મરણ પણ પામે છે. તરત જન્મેલા બાળકને માનું નિરેાગી ધાવણ જ તેના મળને સાફ લાવે છે, કેમકે ધાવણમાં ઝાડેા સાફ લાવવાનેા ગુણ રહેલેા છે. પણ પ્રસવ થયા પછી સુવાવડીને પહેલા બે ત્રણ દિવસ સુધી ધાવણ આવતું નથી, અને તે કારણથી ઘણું કરીને બાળકને જોઇએ એવેા મળનેા ખુલાસેા ન થાય તેા રેાજ એકવાર એરંડીયું તથા મધ મેળવીને છેવટ બે ચાર આંગળી ચટાડવામાં કેાઈ પણ પ્રકારનેા ગેરફાયદેા નથી, પણ ફાયદેા જ છે.

૨. કેટલીકવાર બાળકની નાભિ પાકી આવે છે, માટે નાળ છેદન કર્યા પછી કઠ (ઉપલેટ) માં સિદ્ધ કરેલું તેલ (તેલ, પાણી અને કઠના ભુકાને ઉકાળી પાણી બાળતાં તેલ બાકી રહે તે કપડેથી ગાળી લેવું, તેનું નામ કઠથી સિદ્ધ કરેલું તેલ) નાભિ ઉપર સીંચવું; એકલું તલનું તેલ પણ તે કામ માટે ઉપયેાગી છે. બાળક અવતરે છે ત્યારે તે એારથી તથા ચીકાસથી ખરડાયેલું હેાય છે, માટે તેને તરત જ નવરાવવાની જરૂર છે. નવરાવવા માટે જરા જરા ગરમ પાણી ઉપયેાગમાં લેવું. પીંપળ, પીંપળેા, ઉંબરેા (ગુલર), વડ, વગેરે દુધવાળાં ઝાડની છાલને પાણીમાં ઉકાળીને તે પાણીથી નવરાવવું, એ

વળી વધારે ઉત્તમ છે; અથવા તપાવેલ ચાંદી કે સોનું બુઝાવીને તે પાણીથી નવરાવવું. તરત જન્મેલા બાળકને નિત્ય નવરાવવાના જરા ગરમ કરેલા પાણીમાં થોડું નીમક નાખીને નવરાવવાથી શકિત વધે. જન્મને દિવસ બાળકને જેમ શરીરે ચીકાસ વળગેલી હોય છે, તેમ તેના મોંમાં પણ ચીકાસ હોય છે. તે ચીકાસ કાઢી નાખવા માટે આંગળી ઉપર લીંટ (lint) અથવા ધોળા બારીક કપડાનો કટકો વીંટીને તે બાળકના મોંમાં તથા તાળવામાં ફેરવીને ચીકાસ કાઢી નાખવી. વળી થોડા ઘીમાં સીંધાલુણ મેળવીને બાળકને પાઇ ઉલટી કરાવવી. આવી રીતે મોં તથા કોઠાની શુદ્ધિ થયા પછી તે બાળકની બુદ્ધિ, આયુષ્ય તથા બળ વધે તેને માટે મધ તથા ઘીમાં સોનું ઘસીને ચટાડવું, અથવા એલચી, વજ, બ્રાહ્મી, તથા શંખાવળી, એ સર્વેનું ઘણું જ બારીક ચૂર્ણ ૦ા રતી લઇ તેમાં જરા જરા ઘી તથા મધ મેળવીને ચડાડી દેવું, અથવા શકિત હોય અને મળી શકે તો સોનાની તથા આંબળાનું ચૂર્ણ અરધા અરધા ચોખાપુર મેળવીને તેમાં જરા જરા ઘી તથા મધ મેળવીને ચટાડવું. જન્મ થયા પછી પહેલા ત્રણ દિવસ સુધી આમાંની કોઇ પણ એક મેળવણી સવાર સાંજ બેવાર ચટાડવાથી ઘી તથા મધને લીધે બાળકને તૃપ્તિ રહે છે, તથા બુદ્ધિ બળ વધે છે. આ ચાટણને ગળથુથી કહે છે. ગળથુથીમાં બીજા નુકસાનકારક પદાર્થો કદિ પણ આપવા નહિ જોઇએ. ગળથુથીમાં કેટલાક લોકો ગોળનું પાણી અને કેટલાક ખાંડનું પાણી પાઇદે છે, અને તેમાં બીજી ગમે તે ભળતી વસ્તુ નાખીને કુમળા બાળકના ગળામાં રેડે છે. આર્ય વૈદકશાસ્ત્રમાં ગળથુથી તરીકે ઉપર લખેલી ઉત્તમ બુદ્ધિવર્ધક ચીજો, ઘી, તથા મધનું ચાટણ બનાવીને આપવાનું ફરમાવે છે. ગળથુથીમાં ગોળ ગરમ પડે, ખાંડ નુકસાન કરેઃ માટે બનતાં સુધી મધનો ઉપયોગ કરવો. મધની અવેજી જુનો ગોળ ચાલી શકે છે, પણ કુમળા બાળકને ગોળ કરતાં ચોખું મધ અપાય તો વધારે સારૂં. એક દિવસના બાળક માટે આ ગળથુથીના ચાટણમાં મધ ૦ા વાલ (૩ ગ્રેન)

અને તાજું સારૂં ઘી ૧ રતી (૨ ગ્રેન) બસ છે.

૩. સુવાવડીને બે ત્રણ દિવસ સુધી ધાવણ ન આવે ત્યારે બાળકને ગળથુથી ઉપરાંત જરૂર પડે તો ગાયના દુધમાં એટલું જ બીજું પાણી નાખીને, તથા માના ધાવણ જેવું મીઠું કરવા માટે તેમાં જરા સાકર કે પતાસું નાંખીને પાવું, પણ માને ધાવણ આવે તો બનતા સુધી તેના ધાવણ સિવાય બીજું કોઇનું પણ દુધ બચ્ચાને ન અપાય તેમ વધારે સારૂં.

૪. તરત જન્મેલી પ્રસૂતાને ધાવણ આવતાં વાર લાગે તો ધાવણ લાવવા માટે આ પ્રમાણે ઉપાય કરવો:—એરંડાનાં ચાર પાંચ મોટાં પાનને એક હાંડલીમાં એકાદ શેર પાણી સાથે નાખીને બાફવાં. પાન સારી રીતે બાફે એટલે હાંડલી નીચે ઉતારીને તેની અંદરનું ગરમ પાણી એક પ્યાલામાંથી કાઢી તેવતી સુવાવડીનાં સ્તન અરધા કલાક સુધી સારી રીતે ધોવાં. પછી બફાએલ પાંદડાંને બહાર કાઢીને ખં-ખેરી સાફ કરીને સહન થાય એવાં ગરમાગરમ જ બન્ને તરફની ધાઇ ઉપર લપેટી બાંધવાં. ચાર પાંચ દિવસ સુધી આ ઉપાય કરવાથી સ્તનનાં સ્રોતો ખુલ્લાં થઇને ધાવણ આવવા લાગશે.

૫. બાળકના પોષણ જેટલું તેની માને ધાવણ ન આવતું હોય તો એમ સમજવું કે માના શરીરમાં કાંઈ નબળાઈ વગેરે કસર છે, અથવા તેને જોઇતું યોગ્ય પોષણ મળતું નથી. ધાવણ એ માના લોહીનો જ એક ભાગ છે અને લોહી ઓછું થતું હોય તો ધાવણ પણ ઓછું થાય. માટે માને સારો પોષણકારક ખોરાક આપવો અને દુધનું વિશેષ સેવન રખાવવું, કેમકે દુધમાંથી જલદી ધાવણ બને છે. સારૂં પોષણ, દુધ, છાશ અને વિદારીકંદ, શતાવરી વગેરે ઔષધોના સેવનથી ધાવણ વધે છે; તેમ જ માના શરીરમાં કાંઈ બેચેની કે દરદ હોય તો તેનો ઉપાય કરવો. આટલી તજવીજ કર્યા છતાં પુરતું ધાવણ ન આવે તો શ્રીમંત લોકોએ બાળક માટે ધાવ રાખવી, અને બીજા લોકોએ માના દુધને બદલે ગાયનું દુધ સરખા વજને પાણીના

ખીને પાવું. ઘણાં બૈરાંઓ સહજ કારણથી પોતાના નાજુક પાચનશક્તિવાળા બાળકને ગાયનું દુધ એમને એમ પાયા કરે છે. અને વળી કેટલાંક મૂર્ખ બૈરાંઓ તો તે દુધને ઉકાળી ઘાટું કરીને પાય છે. નાની ઉમરમાં ઘણાં છોકરાં વારંવાર માંદાં પડે છે, અને મરી જાય છે. તેનું કારણ આવા દુધનો બીગાડ છે. માટે જ્યાં સુધી માનું ધાવણ મળે ત્યાંસુધી બાળકને બીજું કોઈ પણ દુધ આપવું નહિ.

૬. બાળકના પોષણની ત્રણ અવસ્થા છે. ફક્ત માનું ધાવણ કે દુધ પાવાની અવસ્થા; ૨. દુધ સાથે બીજો પ્રવાહી ખોરાક આપવાની અવસ્થા. ૩. એકલા ખોરાકની અવસ્થા. બાળકને દાંત આવે ત્યાં સુધી એટલે લગભગ એક વરસ સુધી એકલું દુધ જ આપવું જોઇએ, તે પછી એટલે એક થી ત્રણ વરસની વય સુધી દુધ તથા બીજો પ્રવાહી ખોરાક આપવો જોઇએ; અને પછી બીજો બધો ખોરાક આપી શકાય. પણ ઘણી સ્ત્રીઓ બાળકને બે ત્રણ વરસ સુધી ધવરાવે છે અને સાથે ખોરાક પણ આપે છે. કેટલીક એવી સ્ત્રીઓને પણ જોઇ છે કે જેઓ આગલા બાળકને તેમજ નવા જન્મેલા બાળકને બન્નેને સાથે ધવરાવે છે. બાળકને વારંવાર છાતીએ રાખવાથી કૃત્રિમ રીતે ધાવણને ઉત્તેજન મળે છે, તેથી ધાવણ તો આવે છે, પણ આવી રીતે લાંબા વખત સુધી બાળકને ધવરાવવાની રસમ નુકસાનકારક છે, એમ ઘણા વિદ્વાનોનું માનવું છે. એક બાળકને ધાવણ છોડાવવું અને બીજાને જન્મ આપવો તેની વચ્ચમાં કાંઇ મુદ્દત નહિ જતાં આગલું બાળક છાતીએ હોય એવામાં બીજી વાર ગર્ભ રહે તે ખરેખાત નુકસાનકારક છે. જો આપણે આપણી ઓલાદને સુધારવા ઇચ્છતા હોઇએ તો આ રસમનો અટકાવ કરવો જોઇએ.

૭. બાળકને ધવરાવવાનો નિયમ રાખવો જોઇએ. મોટી ઉમરનાં માણસો નિયમ વગર ખાધા કરે તો તેઓ જેમ માંદા પડે છે તેમ બાળકોને પણ વારંવાર ધવરાવવાથી તેઓને ઉલટી, અજીર્ણ, સુંક વગેરે દરદો થઇને તેઓ માંદાં પડે છે. દશ વાસાનું બાળક થયા પછી તેને

આખા દિવસમાં અને રાતમાં મળીને આઠ વાર કરતાં વધારે વાર ધવરાવવું નહિ. આ એક સાધારણ નિયમ સમજવો. કલાક બે કલાક થાય નહિ એટલામાં બાળકને ખોળામાં લઈ ધવરાવવા મંડી જવાની ઘણી સ્ત્રીઓને ટેવ હોય છે. બાળક રોતું હોય તો ભુખ્યું છે એમ માનીને ધવરાવવા બેસે છે. બાળકને ધવરાવ્યાનો કેટલો સમય થયો છે, તથા તે ભૂખ્યું હશે કે નહિ, તેનો કશો વિચાર કર્યા વિના માત્ર તેના રોવા ઉપરથી ભૂખ્યું માનીને ધવરાવવાથી ઘણીવાર ખરાબી થાય છે. કેમકે ઘણીવાર તો બાળક પેટની પીડથી રોતું હોય છે. માટે રોવાના કારણનો વિચાર કરવો તથા તપાસ કરવો. વળી એક પહોર રાત ગયા પછી બાળકને ચાલતાં સુધી ધવરાવવું નહિ. ટેવ પાડવાથી બાળક આખી રાત ઉંઘી જશે. મા પોતાના ધાવણા બાળકને પથારીમાં ભેગું સુવાડે છે, તે ખરાબ ટેવ છે. બાળક મા ભેગું સુવે છે તેથી વારંવાર માની ધાઇ પકડીને ધાવવાને લલચાય છે. તેને કદિ એક જ પથારીમાં સુવાડવું તો પોતાથી થોડે છેટે સુવાડવું; અડોઅડ પડખામાં સુવાડવું નહિ. આમ વારંવાર ધવરાવવાથી છોકરૂં માંદું પડે છે અને મા પણ શરીરે ચૂસાતી અને સુકાતી જાય છે.

૮. કેટલીક સ્ત્રીઓ પોતાનાં નાની ઉમરના બાળકને નુકસાનકારક ખાનપાન ખવરાવે છે. પોતાનું બાળક જલદી વધે અને પુષ્ટ બને એવા વિચારથી તેઓ વારંવાર શીરો, મગજ, વગેરે ભારે પદાર્થો ખવરાવે છે, અથવા દુધને કઢીને અંદર જાયફળ, કેશર, વગેરે બંધકુષ્ટ કરનારી ચીજો નાખીને પાય છે. આ સર્વે ચીજો નાનાં બાળકની તન્દુરસ્તીને બગાડી તેને માંદું પાડે છે. છોકરાં વારંવાર માંદાં પડે છે તેનું કારણ અનિયમિત અને નુકસાનકારક ખોરાક છે.

૯. જરૂર પડે ત્યારે ગાયનું દુધ સમાન ભાગે પાણી નાખીને પાવું એમ અગાઉ કહેવામાં આવ્યું, પણ દુધ હમેશાં તાજું જોઇએ. અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ ઘણીવાર પોતાનાં બાળકને વાસી દુધ પાય છે. સવારનું દુધ સાંજે, અને સાંજનું દુધ સવારે પાવું એ વાસી દુધ કહે-

વાય. જો દુધને બરાબર સાચવતાં ન આવડે તો થોડા કલાક પછી દુધનો ગુણુ ફરી જાય છે. માટે બાળકને માટે પ્રથમ તો દુધ સારી નિરોગી ગાયનું તાજું દોયેલું મેળવવું, અને તે દુધ મજબુત બુચવાળી સ્વચ્છ શીશીમાં નાખીને ઠંડકવાળી જગામાં રાખવું, તેથી તે થોડા કલાક સુધી સારૂં પાવા લાયક રહે છે, પણ વધારે વખત રહે છે તો તે બગડી જાય છે. ખરાબ દુધથી સેંકડો બાળકો માંદાં પડી મરી જાય છે.

૧૦. બાળકને ગળ્યા મીઠા પદાર્થો બહુ ખવરાવવા નહિ. આપણા અજ્ઞાન લોકોમાં આવા પદાર્થો ખવરાવવાનો ઘણો ચાલ છે. બાળક એકાદ વરસનું થયું અને ખાવા શીખ્યું કે તેને મેસુબ, મગજ, જલેબી, પેંડા, બરફી વગેરે લાવી લાવીને હોંશથી ખવરાવવામાં આવે છે, અને ટેવ પડવાથી તે વસ્તુઓ તે વારંવાર માગે છે. માબાપ એમ સમજે છે કે તેને તે વસ્તુઓનો બહુ ભાવ છે, માટે ફાયદો કરશે. આ માનવું કેવળ ભૂલભરેલું છે. બાળકને આવી નુકસાનકારક ચીજોની કદિ પણ ટેવ પાડવી નહિ. બાળકોનાં ખીસાં સેવ, ગાંઠીઆ, ચણા અને મમરાથી ભરેલાં પડયાં જ હોય ! માબાપો વારંવાર લાવી આપે, અને બાળકો આખો દિવસ પેટમાં ઓર્યા કરે; પણ તેનું પરિણામ કેવું આવે છે તે માબાપો જરા ઉંડો વિચાર કરે તો તેની સમજણુ પડયા વિના રહે નહિ. પણ વિચાર જ કોણુ કરે છે? આવી જરૂરની વાતો તરફ લક્ષજ કોને છે ? અને પોતાની આવી ગંભીર ભૂલોથી બાળકો ઉપરા ઉપર બગડી ગયા પછી તેઓ પોક મૂકીને રડવા બેસે છે !

૧૧. ધારણુ મૂકાવ્યા પછી નાનાં બાળકને દુધ ઉપરાંત દાળ ભાત, કાંજી, ખીચડી, વગેરે આપી શકાય; પણ ધાવણ છોડાવ્યા પછી તરત ખોરાક શરૂ કરવામાં ઘણી જ સંભાળ રાખવાની જરૂર છે. પેટમાં દરદ થાય એવું કાંઈ પણ ખવરાવવું નહિ. બાળકને જે ખવખરાવવું તે સારી રીતે રાંધેલું અને તાજું ખવરાવવું. બાળકને કાચું

કુણું, પાણીપચ્યું, બળી ગયેલું કે દાઝી ગયેલું અને વાસી, એવું કાંઇ પણ ખાવા આપવું નહિ. વળી તેને નિયમિત ખાવા ખવરાવવાની ટેવ પાડવી. આપણા કુટુંબોમાં અનિયમિત ખાનપાનની સૈાને ટેવ પડેલી હોય છે, તેમાં જલદી સુધારો કરવાની જરૂર છે. ઘણાંખરાં દરદો અનિયમિત ખોરાકમાંથી જન્મ પામે છે, એ નિરંતર સ્મરણમાં રાખવી. બાળકને ત્રણ વખત કરતાં વધારે વાર ખોરાકની જરૂર નથી. તેને પરાણે આગ્રહથી કદિ પણ ખવરાવવું નહિ, અને એક વખત ખાધા પછી ઓછામાં ઓછા ત્રણ ચાર કલાક ગયા પહેલાં બીજી વાર ખાવા આપવું નહિ.

૧૨. બાળકના શરીર ઉપર હમેશાં કપડાં પહેરાવી રાખવાં. દિવસનાં કપડાં રાત્રે કાઢી નાંખવાં અને શરીર ઉપર બીજી ધોયેલી ચાદર કે ધોતીઉં ઓઢાડવું અથવા એક ધોયેલું પેરણ કે ખમીસ પહેરાવવું. ખાસ કરીને ટાઢના કે વરસાદના દિવસોમાં તથા બહુ પવનવાળી જગામાં બાળકને ઉઘાડા શરીરે સુવાડી રાખવું નહિ. તેને વરસાદમાં પલળવા કે ગારામાં ઉઘાડા પગે ફરવા મોકલવું નહિ. કોરા દિવસોમાં બાળકને સ્વચ્છ કપડાં પહેરાવીને બને તો ખુલ્લી હવામાં લઇ જવું. નવા જન્મેલા બાળકને બહાર કાઢવાથી કોઇની નજર લાગશે અથવા પવન લાગી જશે, એવા મૂર્ખતા ભરેલા વિચારોથી આપણા લોકો કેટલાક માસ સુધી બાળકને ઘરની બહાર કાઢતા નથી, તે ભૂલ છે. બાળકને તાજી ખુલ્લી હવાની ખરેખરી જરૂર છે. તે એક માસનું થાય ત્યારથી જ તેને બે હાથમાં ખોળામાં લઇને સવારમાંજ બહારની તાજી હવામાં ફેરવી આવવું. આવી રીતે બહાર લઇ જવામાં સંભાળ એટલી જ રાખવી કે તેના મોં સિવાય આખા શરીર ઉપર લૂગડાં લપેટીને બહાર કાઢવું જેથી તેના શરીરને પવન લાગે નહિ. કપડાં મોકળાં પહેરાવવાં.

૧૩. બાળકને રોજ નવરાવવું. નવરાવવાથી બાળકની તબીયત ઘણી જ સારી રહે છે, અને ઘણું આનંદમાં રહે છે. બાળકનું શરીર

સારી રીતે ઘસીને નવરાવવું અને સુંવાળા ટુવાલથી ઘસીને લુછી નાખી તુરત સ્વચ્છ કપડાં પહેરાવી લેવાં. બાળકને નવરાવવામાં ચામડી ચરચરે એવો હલકો સાબુ વાપરવો નહિ. છેક ન્હાના બાળકને નવરાવવા માટે ફક્ત ચોખ્ખું ગરમ પાણી જ બસ છે. ગરમ પાણી ન્હાના બાળકથી સહન થાય એવું હોવું જોઇએ. બાળક એકાદ વરસનું થાય પછી તેને ઉનાળામાં ઠંડા પાણીથી નવરાવવાની ટેવ પાડવી અને ટાઢના તથા વરસાદવાળા ભેજના દિવસોમાં જરા ગરમ પાણીથી નવરાવવું. માંદા બાળકને રોજ નવરાવવું નહિ.

જે બાળકને માટે ગર્ભની તૈયારીના દિવસોમાં તેની માતા આ પુસ્તકમાં બતાવેલા નિયમો પ્રમાણે વર્ત્તી હોય છે, અને ગર્ભાવસ્થામાં પાળવા યોગ્ય નિયમો પાળેલા હોય છે, તે બાળકનો સારી રીતે પ્રસવ થયા પછી પણ જો તેનું યોગ્ય રક્ષણ થતું નથી તો માબાપની બધી કાળજી અને મહેનત નિષ્ફળ જાય છે, એક બી વાવ્યા પછી જમીનમાં જે ફણગો ફુટે છે, તે ફણગાનું બહુ કાળજીથી રક્ષણ થાય છે તો જ તેમાંથી સારૂં વૃક્ષ થાય છે. એવી જ રીતે ઉત્તમ બીજ પડીને ફણગા રૂપી એક બાળક તો ઉત્પન્ન થયું, પણ તેમાંથી સંપૂર્ણ માણસ બનાવવા માટે તેનું ઘણી જ કાળજીથી રક્ષણ ન થાય તો તે કચું બાળક સહજ વાતમાં કરમાઇ મરી જાય છે, માટે ઉત્તમ સંતતિની ઇચ્છા કરનારાં માબાપોએ બાળકને ઉછેરવાનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન મેળવવું જોઇએ, અને પૂર્ણ કાળજીથી તેને ઉછેરવું જોઇએ. ઘડીએ ઘડીએ અને ડગલે પગલે બાળકની તબીયતનો અને તેની પ્રકૃતિમાં થતા ફેરફારોનો વિચાર કરવો જોઇએ, અને આ પ્રકરણમાં તેના રક્ષણ માટે જે જે નિયમો આવ્યા છે તે નિયમોનું બહુ કાળજીથી પાલન કરવાને માબાપોએ તત્પર રહેવું જોઇએ. જ્ઞાન, ઉદ્યોગ અને ખંત એ ગુણોથી જ દરેક કાર્યમાં ફતેહ મેળવી શકાય છે. માટે તમારા અજ્ઞાનને દૂર કરો, નિરંતર ઉદ્યોગ કરો, અને ખંતથી મંડયા રહો તો જ તમારી ઇચ્છાઓ સફળ થાય અને ઇચ્છા પ્રમાણે સંતાનો સાંપડે. આળસ, બેદરકારપણું અને અજ્ઞાન, ઇત્યાદિ

દુર્ગુણોથી જેમ બીજાં કાર્યો બગડે છે, તેમ સંતતિ પણ બગડે છે. જેમ વધારે કાળજી, વધારે તજવીજ અને વધારે સારૂં રક્ષણ રાખવામાં આવે છે તેમ બાળકો સારાં થાય છેઃ એ વાત જો તમે ન માનો તો તમારા આગળ આ બધી કથા "ભેંશ આગળ ભાગવત" વાળી કહેવતની પેઠે નિષ્ફળ છે! પણ હું ખાત્રીથી માનું છું કે આ પુસ્તકમાં કહેલી સર્વ વાતોથી આપની ખાત્રી થશે અને આપનાં બાળકોના રક્ષણ માટે આપ સર્વે વધારે કાળજી ભરેલી રીતે વર્તશો.

પ્રકરણ ૪૧ મું.

ધાવ.

अन्यंगे ब्रह्मचारिण्यौ वर्णप्रकातितः समे ।
नीरुजे मध्यवयसौ जीवद्वत्से न लोलुपे ।
हिताहारविहारेण यत्नादुपचारिते च ते ॥

"માતાના સ્તનમાં દુધ ન હોય અથવા અપૂર્ણું હોય તો બે ધાવ રાખવી. તે ધાવ નિરોગી, મધ્ય વયની, જેનું પોતાનું બાળક જીવતું હોય એવી, બાળક ઉપર સ્નેહવાળી, બાળકના કુળના વર્ણની તથા પ્રકૃતિની, સારા અંગવાળી, બ્રહ્મચર્યથી રહેવાવાળી, નિર્લોભી અને હિત આહારવિહારવાળી હોય, તેમણે યત્નથી બાળકનું રક્ષણ કરવું."

ધાવના સંબંધમાં વધારે બોલવાની જરૂર નથી; કેમકે આપણા નિર્ધન દેશમાં ધાવ રાખવાને લોકોનો મોટો ભાગ હજી અશક્ત છે. જે બાળકોની માના સ્તનમાં દુધ હોતું નથી, માંદી રહે છે, અથવા મરી જાય છે, તે બાળકોને માટે અલબત પોષણની બીજી તજવીજમાં ધાવ

એ પણ એક સાધન છે. જે સ્ત્રીઓ બચ્ચાનું પોષણ ન કરી શકે તેમણે પરણવું જ નહિ જોઇએ, અને બચ્ચાની મા થવાનો વિચાર માંડી વાળવો જોઇએ. તેમને મા થવાનો કાંઇ પણ હક્ક નથી. બાળકને તેની પોતાની માતાના શરીરનું ધાવણુ જ બંધ બેસતું છે. પોતાની માનું દુધ એ જ બાળકનું સ્વભાવસિદ્ધ પોષણ છે. બાળકને જેવા ઉમકળાથી બીજી કોઇ પણ ધાવ ધવરાવે એ સંભવિત જ નથી. ધાવ ગમે એવી સારી હોય, સારા સ્વભાવની પ્રેમાળ હોય, તોપણ તે માની તુલનામાં આવી શકે જ નહિ. ઘણાક સુધરેલા લોકો સ્ત્રીઓની તન્દુરસ્તી સાચવવા માટે બાળકોને ધાવના સ્વાધીનમાં સોંપી દે છે. આ એક સુધરેલો શોખ છે! વર્ણસંકર પ્રજા થવાનાં જે જે કારણો છે તેમાં ધાવ રાખવાની રસમ એ પણ એક કારણ. વર્ણસંકર કહેવાનું કારણ એ છે કે બાળકને જન્મ આપનાર માબાપ ઉત્તમ વર્ણ અને ઉત્તમ જાતિનાં હોય તોપણ ધાવ તો ઘણું કરીને ધાટણ, ભીલણ, કોલણ કે વાઘરણ, એવી હલકી કોમની જ હોય છે. માબાપ તેને જન્મ આપે છે, અને ધાવ તેને ઉછેરી મોટું કરે છે. એક બાળકમાં બે જાતના સંસ્કારો પડે છે, અને એટલા માટે બાળક વર્ણસંકર થાય છે! સુધારામાં બહુ સ્ત્રીઓને હદ ઉપરાંત લાડ લડાવનાર સુધરેલા લોકો સ્ત્રીઓને શરીરે તાજી રાખવા માટે બાળકોને વર્ણસંકર બનાવે છે! ધાવથી ઉછરેલાં બાળકો દેખીતાં મજબુત ઉછરી આવતાં હશે, પણ ગુણમાં તેઓ કદિ સારાં નીવડતાં નથી; તેઓ જે જાતનું ધાવણુ ધાવે છે તેવા તેનામાં ગુણ આવે છે. ઉંચી કેળવણી લીધા છતાં નવી પ્રજા ગુણમાં ઉતરતી જાય છે; તેમાં આવી અનેક સુધરેલી રસમો કારણભૂત છે, એમ હું માનું છું. જુના લોકોમાં ઘણી નુકસાનકારક રૂઢીઓ દાખલ થયેલી છે ત્યારે સુધરેલા ગણાતા લોકોમાં એવી જ નુકસાનકારક સુધરેલી રસમો દાખલ થયેલી જોવામાં આવે છે!

ધાવ રાખવાની વિરૂદ્ધમાં ઘણી વાતો છે, છતાં ધાવ રાખવાની જરૂર પડે તો તે કેવી હોવી જોઇએ, તે વિષે આર્યવૈદ્યકશાસ્ત્રમાં ઉ-

પરનાં વચનો જોવામાં આવે છે. ઉપર ધાવના જે ગુણો કહ્યા છે તેવા ગુણો હાલની ધાવોમાં જોવામાં આવે છે? બીજા બધા ગુણ મેળવી શકાશે, પણ બાળકના કુળના વર્ણની અને બાળકના કુળની પ્રકૃતિની ધાવ ક્યાંથી મેળવવી? બ્રાહ્મણને બ્રાહ્મણ જાતિની ધાવ પણ મળતી નથી તો તેના કુળના ગુણ સ્વભાવવાળી ધાવ ક્યાંથી મળે? બાળક વર્ણસંકર ન થાય અને કુળના સ્વભાવ ઉપર ઉતરે એટલા માટે વૈદ્યકશાસ્ત્રે બાળકના કુળની જ ધાવને ઉત્તમ માનેલી છે. ધાવમાં ઉપર જે જે ગુણો હોવાનું લખ્યું છે તે સર્વે ગુણોવાળી ધાવ મળવી મુશ્કેલ છે, અને સમાન કુળની અને સમાન પ્રકૃતિની ધાવ તો ક્યાંઇ પણ મળી શકતી નથી; તોપણ ધાવની જરૂર પડે તો ઉપલા શ્લોકમાં કહેલા બધા ગુણો અથવા જેમ વધારે ગુણો હોય એવી ધાવ મેળવવી. વળી તેના ખાનપાન ઉપર પૂર્ણ દેખરેખ રાખવી. તે ધાવને ઘરની સ્ત્રી પેઠે સન્માનથી રાખવી; તેને સારો ખોરાક આપવો; તેના ધણીથી જુદી રાખવી અથવા પોતાને ઘેર રાખવી; અને તે બાળકને કેવી રીતે રાખે છે તેના ઉપર પાકી દેખરેખ રાખવી. ઘણીક બેદરકાર ધાવોને હાથે છોકરાં ઉલટાં ખરાબ થાય છે, માટે બની શકે ત્યાં સુધી ધાવ વિના ચલાવવું અને ધાવ રાખવી તો સારા સ્વભાવની, સારા વર્તનની, અને બાળક ઉપર પ્રીતિ રાખવાવાળી રાખવી.

પ્રકરણ ૪૨ મું.

બાળક ઉપર ધાવણની અસર.

पयोऽमृतरसं पीत्वा कुमारस्ते शुभानने ।
दीर्घमायु रवाप्नोतु देवाः प्राश्यामृतं यथा ॥

" હે શુભાનને (સારા મુખવાળી) !, જેમ દેવો અમૃત રસ પીને દીર્ઘાયુ થાય છે તેમ તારો બાળક દુધ રૂપી અમૃતરસ પીને દીર્ઘાયુ થાઓ. "

બ્હેનો ! જે જે અવસ્થામાં તમો તમારાં બાળકો ઉપર તમારાં શરીરની તથા મનની દઢ અસર ઉપજાવી શકો છો તે અવસ્થા પૈકી ગર્ભાધાન પૂર્વેની તૈયારીની અવસ્થા તથા ગર્ભાવસ્થા વિષે આગળ વર્ણન કરવામાં આવ્યું. એ અવસ્થામાં તમે જેવું બાળક તમારા ગર્ભસ્થાનમાં ઉછેરીને તૈયાર કર્યું, તેવું બાળક હવે પ્રત્યક્ષ તમારા ખોળામાં પ્રાપ્ત થયું છે. આ અવસ્થામાં પણ તમો તમારા બાળક ઉપર તમારા ધાવણથી, તમારા વિચારોથી, તમારા સ્વભાવથી તમે તમારા બાળક ઉપર સારી કે ખોટી અસર પેદા કરી શકો છો. આ વાત તમો સમજતાં નથી, તેથી એ વિષે પણ થોડું જણાવવાની જરૂર છે.

વૈદ્યકશાસ્ત્રના એક એક વિધિથી બાળકના મહાત્મ્યનું માપ થઇ શકે છે. તમારા અંતઃકરણની લાગણીઓથી પણ બાળક પ્રત્યેના તમારા પ્યારનું માપ થઈ શકે છે. પણ અજ્ઞાન, અહો અજ્ઞાન ! આ અજ્ઞાને આ સર્વ વિધિનો લોપ કર્યો છે, અને તમારા અંતઃકરણની સ્વાભાવિક લાગણીઓ પણ બુઠી બની ગઈ છે !

બાળક જન્મે છે અને તમારી છાતીમાં ધાવણ આવે છે ત્યારે

જે દિવસે પ્રથમ બાળકને ધવરાવવાનો આરંભ થાય છે તે દિવસે વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં જે વિધિ કહ્યો છે તે તરફ હું મારૂં ધ્યાન દોરૂં છું. એ વિધિ તમો કરો કે નહિ કરો, પણ એ એક વિધિમાં કેટલું બધું ગૌરવ રહેલું છે તે તો તમો તપાસો ?

પ્રસવ પછી ત્રીજે દિવસે છાતીમાં ધાવણ આવે છે. તે દિવસે શુભ ચોઘડીઆમાં સ્નાન કરાવવું. માથું પણ પલાળીને સ્નાન કરાવવું. સ્નાન કરાવીને સારાં વસ્ત્ર પહેરાવવાં; મન પ્રસન્ન થાય એવાં સુંદર અને સ્વચ્છ વસ્ત્ર પહેરાવવાં; પછી માને પૂર્વ દિશા તરફ મોં રખાવીને બેસાડવી અને તેના ખોળામાં ઉત્તર દિશા તરફ મોં રહે એમ બાળકને આપવું. આ વખતે સ્તનને અભિમંત્રિત કરવાં, એટલે અમુક મંત્રોચ્ચારવડે સ્તન ધોવાં અને તેણીને કહેવું કે, " તારા બાળકના શરીરની વૃદ્ધિને માટે ચારે સમુદ્ર તારા આ સ્તનોમાં નિત્ય ક્ષીરવાહી (દુધનો પ્રવાહ કરાવનારા) થઇને રહે[1], અને તારૂં દુધ રૂપી અમૃત પીને આ તારૂં બાળક લાંબુ આયુષ્ય પ્રાપ્ત કરે." સ્તન ધોઇને પ્રથમ તેમાંથી થોડું ધાવણ બે આંગળીવતી કાઢી નાંખવું અને પછી ઉપર લખ્યા મંત્રોચ્ચારથી બાળકના મોંમાં ધાઈ આપવી. આ વખતે સ્ત્રીનું સ્તન ઘણું નાજુક હોય છે અને બાળક બે દિવસનું ભૂખ્યું હોય છે અને જોરથી ધાવવા માંડે એવો સંભવ છે, તેથી એવી પણ સૂચના કરવામાં આવી છે કે, તે દિવસે બાળકને જરા તાજું માખણ ચટાડવું એટલે તેનું મોં માખણથી નરમ થાય તેને માટે આંગળી મોંમાં ફેરવવી; જેથી સ્તનને ઘણું જોર તથા કષ્ટ પડે નહિ. માખણની અવેજીમાં તાજું ઘી પણ ચાલે.

આ સમયે ઘરની વૃદ્ધ સ્ત્રી (મા કે સાસુ, કે જેઠાણી, જે હોય તે) તેણે પાસે રહીને આ વિધિ કરવાનો છે. તે પ્રસૂતાને એમ કહે છે કે તારા સ્તનમાં ચાર સમૂદ્રો દુધ થઇને આવીને

---

१ चत्वारः सागरा स्तुभ्यं स्तनयोः क्षीरवाहिणः ।
भवंतु सुभगे नित्यं बालस्य बलवृद्धये ॥

એઠા છે; મતલબ કે આ તારા બાળકને માટે અખૂટ ધાવણ તારા સ્તનમાં ભર્યું છે, તે ખુટે એમ નથી. તે ધાવણ અમૃત જેવું છે; અને આ તારા બાળકને તે તારૂં ધાવણ દીર્ઘાયુ કરે. આવા શબ્દો કહીને પછી તેને આજ્ઞા કરે છે કે હવે તું આ બાળકને ધવરાવ. આંહિ બાળકની માના મનમાં કેવો ભાવ ઉત્પન્ન કરવામાં આવ્યો છે, તે જોવાનું છે. બાળકને ધવરાવતી વખતે સ્તન ધોવાં તથા પ્રથમનું ઉપર આવી રહેલું ધાવણ દાબીને કાઢી નાખવું, ઇત્યાદિ ક્રિયા પણ અર્થ વિનાની નથી. શરીરની ચામડી ઉપર નિરંતર પરસેવો વળ્યા કરે છે અને મેલ જામ્યા કરે છે. સુવાવડીના શરીર ઉપર વળી વિશેષ પરસેવો તથા મેલ જામવાનો સંભવ છે. આવા મેલથી સ્તનનાં દુધની શેડ આપનારાં કાણુંઓ પુરાઈ જવાનો સંભવ છે, અને તેથી ધાવણને બહાર આવવામાં અડચણ પડે, એટલુંજ નહિ પણ બાળક એ મેલવાળી ડીંટડી મોંમાં લે તો બાળકના પેટમાં ધાવણની સાથે માના સ્તનનો મેલ જાય. આટલા સારૂ સ્તનને ધોઈ બાળકને ધવરાવવાનું કહેલું છે. પ્રથમનું ધાવણ એ આંગળીવતી દાબીને કાઢી નાખવાની આજ્ઞા કરી છે. તેની મતલબ એવી સમજાય છે કે ચામડીની સપાટી ઉપર આવી લાગેલું ધાવણ જરા ધાટું અને બહારની હવાના દોષવાળું હોય છે, માટે એટલું ધાવણ કાઢી નાખવું. બાળકના રક્ષણને માટે અને તેના આરોગ્ય માટે ક્યાં સુધી વિચારો કરવામાં આવ્યાં છે, તે તો તમો જુવો! શું આર્યો—તમારા વડિલો—મૂર્ખ હતા? ગર્ભાધાન માટે, ગર્ભાવસ્થા માટે અને જન્મ પછી બાળકના રક્ષણ માટે તેમણે જે જે વિચારો કર્યા છે, તે વિચારો સુધી હજી હાલના ડાક્ટરો પહોંચ્યા નથી. આર્યવૈદક આચાર્યોએ બતાવેલાં નિયમો પૈકી કેટલાક નિયમો આજ સુધી પળાય છે. આજ પણ કેટલાંક કુટુંબોમાં સ્ત્રીઓ બાળકને ધવરાવતી વખતે કઇ દિશામાં બેસવું તે જાણે છે અને તે પ્રમાણે વર્તે છે. હાલ પણ આપણી કેટલીક સ્ત્રીઓ બાળકને ધરાવતી વખતે બે આંગળીવતી ધાવણની થોડી શેડો કાઢી નાખે છે, એટલું

જ નહિ પણ તે શેડો હાથમાં ઝીલીને સ્તનની બોટણીઓને ધુવે છે અને પછી બાળકને છાતીએ વળગાડે છે. પરંતુ આવી અગત્યની ક્રિયાઓનો શો હેતુ છે તે નહિ સમજવાને લીધે હાલમાં એ સર્વ વિધિઓનો લોપ થતો ચાલ્યો છે, અને તેની સાથે સ્ત્રીઓના મનમાંથી ઉત્તમ ભાવોનો પણ લોપ થવા લાગ્યો છે. સ્ત્રીઓ પોતાનાં બાળકને ધવરાવે છે, પણ ધવરાવતી વખતે તેમણે પોતાના શરીરની તથા મનની સ્થિતિ કેવી રાખવી જોઇએ તે વાત તેઓ બિલકુલ જાણતી નથી. પોતાના ધાવણથી તથા ધવરાવતી વખતની પોતાની પ્રકૃતિથી પોતાના બાળક ઉપર અસર થવાની છે, તે સંબંધી હાલની સ્ત્રીઓને કશું જ્ઞાન કે ભાન નથી. બાળકને ધવરાવવાવાળી સ્ત્રીઓ શું નિત્ય આવા વિચારો કરે છે? કે "આ મારૂં બાળક મારા શરીરમાંથી પોષણ મેળવવાનું છે, અને મોટું થવાનું છે; મારા ધાવણના ગુણ દોષ પ્રમાણે તેનામાં ગુણ દોષ દાખલ થવાના છે; મારો રોગ પણ તેનામાં દાખલ થવાનો છે; મારી પ્રકૃતિ પ્રમાણે તેની પ્રકૃતિ થવાની છે; મારા ધાવણમાંથી મારાં બાળકનાં લોહી, માંસ અને હાડકાં થવાનાં છે. એટલુંજ નહિ, તેમાંથી મારા બાળકની બુદ્ધિ અને પ્રકૃતિ ઘડાવાની છે, અને તેમાંથી સદાચાર કે દુરાચારની વૃત્તિઓ દાખલ થવાની છે." સ્ત્રીઓ આ સર્વ વિચારો કદિ કરે છે? નહિ જ. તેઓ બાળકને ધવરાવતી ધવરાવતી બાળકના વિચારો કરે કે બીજા કંકાસના, બીજી કુથળીના વિચારો સેવે! તેઓ બાળકને ધવરાવતાં ધવરાવતાં ગામની કુથળી કરે કે પોતાના બાળકનો વિચાર કરે? તેઓ દેરાણી જેઠાણીના રૂપણાંના વિચારો કરે કે પોતાના ખોળામાં ધાવતાં બાળકની આરોગ્યતાનો વિચાર કરે! તેઓ પડોસણો સાથેની લડાઇના વૈરનો વિચારો કરે કે પોતાના બાળકની બુદ્ધિ તથા પ્રકૃતિ સુધારવાનો વિચાર કરે! પોતાનો ધણી બહારથી ક્યારે આવે કે તેની સાથે ધંધ જગાવું અને મારો હઠ પુરો કરૂં, તેનો તેઓ વિચાર કરે, કે પોતાના બાળકને નમુનેદાર નીતિવાળું બાળક કેમ બનાવવું, તેનો વિચાર કરે! બહેનો!

તમે આ પ્રશ્નોનો ઉત્તર શું આપો છો? બાળકને ધવરાવવા માટે ખોળામાં લેતાં તમારા શરીરની તથા મનની કેવી સ્થિતિ છે, તમો કઈ જગામા કેવી રીતે બેઠાં છો, તમે તે વખતે કેવી પ્રકૃતિમાં છો, તમારૂં શરીર મેલું છે કે સ્વચ્છ છે, તમારી પ્રકૃતિ શાંતિમાં છે કે ક્રોધમાં છે, તમારૂં ધાવણુ શાંત છે કે તપેલું છે, અને તમારૂં મન નિર્મળ છે કે વિકારવાળું છે, તેમાંની એકે વાતનો તમો વિચાર કરો છો? તમારૂં બાળક તમારાં ખોળામાં હોય છે, તમારૂં સ્તન તમારા બાળકના મોંમાં હોય છે, પણ તમારૂં અંતઃકરણ, તમારૂં મન, અને તમારા વિચારો કોણ જાણે કયાં ભમતા હોય છે, તેનો પણ કદિ તમે વિચાર કરો છો? મનની કેટલી બધી અસર છે. તેનું વિવેચન ગયા પાંત્રીસમા પ્રકરણમાં દાખલા દલીલો સાથે કરવામાં આવ્યું છે. જે પોષણ તમારૂં બાળક તમારાં ગર્ભાશયમાં પણ તમારા શરીરમાં લેતું હતું તે જ પોષણ પ્રસવ પછી પણ તમારા લોહીમાંથી જ લે છે. સગર્ભાવસ્થાના તમામ જે વિચારો અને વિકારો તમારા ગર્ભના બાળકના તનમન ઉપર અસર કરે છે, તે જ તમારા વિચારો તમારા ધાવણદ્વારા તમારા ખોળામાં ધાવતા બાળકના તનમન ઉપર અસર કરે છે, બહેનો! તમે નક્કી સમજો કે તમારા મનની સારી કે માઠી અસરો અથવા તમારા મનના સદ્દવિચારો કે વિકારો તમારા પોષણ ઉપર પરિણામ પામે છે અને એ પોષણના પરિણામની અસર તમારા ખોળામાં ધાવતા બાળક ઉપર થયા વિના રહેતી નથી. માટે તમે તમારા બાળકને ધવરાવવા બેસો ત્યારે બીજા બધા વિચારોનો ત્યાગ કરીને તમારે તમારા બાળકનો જ વિચાર કરવો જોઇએ; તમારે તે વખતે બધી કુથલી છોડી દઇને, બધા કંકાસનો ત્યાગ કરીને, અને મનના બધા વિકારોને છોડી મનને શાંત તથા પવિત્ર બનાવીને તમારે તમારા બાળકને ખોળામાં લેવું જોઇએ; અને એ બાળકને મારે ઉત્તમ પોષણ શી રીતે આપવું, તેને નિરોગી કેમ બનાવવું, તથા તેને શાંત સ્વભાવનું અને સદાચરણી શી રીતે બનાવવું, તેના જ વિચારો તમારે સેવવા જોઇએ. તમારા બાળકને એવું પવિત્ર સદા-

ચારી બનાવવા માટે તમારે જરૂર પવિત્ર, શાંત અને સદાચારી બનવું જોઈએ. જો તમો નિરંતર એવાં શાંત અને નિર્વિકારી રહી શકો તે ઘણું જ ઉત્તમ; પણ કદિ તમોએ તમારા મનને જીત્યું ન હોય, તોપણ બાળકને ધવરાવતી વખતે તો તમારે બધા વિકારો—શોક, ક્રોધ, ભય, ચિંતા, વેર, ઈર્ષ્યા વગેરે વિકારો છોડીને શાંત બનવું જોઇએ, અને તમારે તમારૂં આખું તનમન તમારા બાળક ઉપર જ લગાડવું જોઇએ.

માતાઓ! તમે સારી રીતે સમજો કે, જેવું વર્ત્તન તમો રાખો છો, અને જેવા વિચારો તમો કરો છો, તેવા જ વિચારવાળું અને તેવા જ વર્ત્તનના સંસ્કારોવાળું તમારૂં દુધ બને છે, અને તે દુધ પીવાવાળું તમારૂં બાળક પણ તેવું જ બને છે. તમારા ભાવી બાળકનું શરીર અને તેનું મગજ (brain) તમારા દુધનું જ બને છે, અર્થાત તમારા બાળકનું સ્થૂળ શરીર અને સૂક્ષ્મ મન પણ તમારા ધાવણનુ બને છે. તમારા ખાનપાન પ્રમાણે તમારૂં ધાવણ થાય છે, અને તમાર ધાવણ પ્રમાણે તમારૂં બાળક બને છે. તમારા શરીરમાં જ્યારે દુ રચાતું હોય છે ત્યારે તમારા મનમાં જે જે વિચારો હોય—સારા કે ખોટ —તે સર્વ વિચારો તમારા તે દુધમાં દાખલ થાય છે, અને દુધદ્વાર તમારા બાળકમાં દાખલ થાય છે.

એક વખતે એક સ્ત્રીને તેણીની પાડોશણ સાથે ટંટો થયો હતો આ ટંટો થયા પછી તરત જ તે ક્રોધમાં ધુંધવાતી ધુંધવાતી બાળકં લઈ ધવરાવવા બેઠી. એકાદ મીનીટ તે બાળક ધાવ્યું એટલામાં તે સખ્ત આંકડીઓ ઉપડી અને મરણતોલ થયું. આ બાળકને અકસ્મા આ શું થયું? તેને તેની માના ક્રોધનું ઝેર ચડયું! ક્રોધમાં તેનું ધાવ વિકાર પામીને ઝેર જેવું થઈ ગયું અને તે ધાવીને બાળકને પણ તેન અસર થઇ, તેથી બાળકને આંકડીઓ આવતી હતી. ગાયો તથા ભેંસો વિકારવાળાં દુધ ખાનારાં માણસો માંદાં પડે છે, તે આપણે વારંવા જોઇએ છીએ, તો પછી માતાના વિકારી દુધથી કુમળાં બાળકો માં પડે એમાં નવાઈ શું! પોતાનું ધાવણ વિકાર ન પામે માટે માતાએ

કદિ પણ ક્રોધ, શોક, ચિંતા કે ખેદ નહિ કરવો જોઇએ. બાળકને ધવરાવતી વખતે તો આ વાત ખાસ ધ્યાનમાં રાખવી અને એવો કાંઇ પણ બનાવ બન્યો હોય તો બહેતર છે કે બાળકને પાંચ દશ મીનીટ ભુખ્યું રાખવું, પણ પોતાની પ્રકૃતિ શાંત થયા પહેલાં ક્રોધના કે ચિંતાના આવેશમાં બાળકને ધવરાવવું નહિ.

જુદાં જુદાં વ્યસનોની વ્યસની સ્ત્રીઓના પોતાના શરીર ઉપર ખરાબ અસર થાય છે, એટલું જ નહિ પણ તે સ્ત્રીઓ બાળકને ધરાવતી હોય છે તો તેમનાં બાળકો ઉપર પણ તે અસર થાય છે. કદાચ ઘણા દિવસની ટેવને લીધે એ ખરાબ ચીજોની ખાનાર સ્ત્રીના ઉપર પ્રત્યક્ષ જાણવા જોગ અસર થતી નથી, પણ તેના ધાવણદ્વારા ધાવનાર બાળક ઉપર નઠારી અસર થયા વિના રહેતી નથી. માટે સ્ત્રીઓએ ખાત્રીથી માનવું કે તેઓ જે કાંઈ ખરાબ ચીજો ખાય પીએ તેની અસર ધાવનાર નાજુક બાળકની પ્રકૃતિને બગાડયા વિના રહે નહિ. માટે બાળકને ધવરાવવાવાળી સ્ત્રીઓએ કોઇ પણ વ્યસન વાળી કે ખરાબ ચીજનો કદિ પણ ઉપયોગ કરવો નહિ. ધાવણ માના લોહીમાંથી બને છે, અને તેનું લોહી ખોરાકની ચીજોમાંથી બને છે. આ વાત માતાઓએ નિરંતર લક્ષમાં રાખવી. આ ઉપરથી સ્ત્રીઓને ખાત્રી થવી જોઇએ કે પોતાનાં ધાવણાં બાળકોની તન્દુરસ્તીનો બધો આધાર પોતાના ખોરાકની જાત ઉપર છે. બહુ જ ગરમ ખાનપાન, ઘેન લાવનાર ચીજો, મુરબ્બાઓ, આથાઓ, અથાણાંઓ, સરકાઓ, અફીણ, દારૂ, ચા, કૉફી, મરીમશાલા એ સર્વ ચીજો સ્ત્રીની હોજરીને તપાવી દે છે, લોહીને ગરમ કરે છે, અને કેટલેક અંશે ધાવણને બગાડે છે અથવા ઝેરી કરે છે, અને પરિણામે ધાવનાર બાળકની તબીયતને નુકશાન કરે છે.

ડૉ. ટ્રોલ કહે છે કે [1]માનસિક વિકારો—જેમકે ગુસ્સો, શોક,

---

૧. Mental shocks, anger, melancholy, and all disagreeable or abnormal mental conditions render all the secretions (milk as well as rest) more or less morbid & correspondingly damage the child which partakes of the vital aliment.

ખેદ, ચિંતા, એ સર્વ શરીરના રસોને (જેમાં ધાવણનો પણ સમાવેશ થાય છે) વિકારી કરે છે અને પરિણામે એ રસોને ચૂસનાર બાળકના શરીરને બગાડે છે. ”

દવાદારૂની પણ ધાવનાર બાળક ઉપર એવી જ ખરાબ અસર થાય છે. ગર્ભિણી અવસ્થામાં સખ્ત દવાઓ ગર્ભની અંદરના બાળકને જેટલું નુકશાન કરે છે એટલું જ નહિ તો એથી કાંઇ ઓછું નુકસાન પ્રસવ પછી પણ તે કુમળા બાળકની પ્રકૃતિને કરે છે. માટે નાના બાળકને ધવરાવનારી સ્ત્રીને ઉપરાઉપર ગરમ અને ઝેરી દવાઓ આપતાં પણ બહુ વિચાર કરવો. જો કે આવી દવાઓથી માને પ્રત્યક્ષ કાંઈ પણ ઝેરી અસર થતી માલમ પડતી નથી, પણ બાળકને તેનો જરૂર વિકાર લાગુ પડે છે; પણ જે વિકાર લાગુ પડે છે, તેનું કારણ સમજવામાં આવતું નથી. તેથી તે વિકાર માએ ખાધેલી દવાથી થયો તેની કોઇને ખબર પડતી નથી, અને તેથી એ ખરાબી ચાલુ જ રહે છે. જરૂર પડે તો બાળકને ધવરાવનારી માતાઓને દવા આપવી, પણ તે દવા બહુ જ શાંત અને વિકાર ન કરે એવી હોવી જોઇએ. ખોરાક ઉપર દુધની અસર થાય છે તેની ખાત્રીને માટે એક સાદો દાખલો આપું તે માતાઓની ખાત્રી માટે બસ છે. ગાયો તથા ભેંસો જેવો ખોરાક ખાય છે તેવો વાસ તથા સ્વાદ તેના દુધમાં આવે છે, તે તમો જાણો છો કે નહિ ? ગાયે તથા ભેંસે આગલે દિવસે લસણ ખાધું હોય છે તો બીજે દિવસે તેના દુધમાં લસણની વાસ આવે આવે છે, અને લસણની ટેવ ન હોય એવા લોકો એવું લસણની વાસવાળું દુધ ખાઇ શકતા નથી; બકારી આવે છે. નાનાં ધાવતાં બાળકની માતાઓ! આ વાતની ખાત્રી કરવી હોય તો કરી જુવો. જે ગાયનું કે ભેંસનું દુધ તમે પીતાં હો તેને લસણ ખવરાવો, અને પછી બીજે દિવસે તેનું દુધ પીઓ, એટલે તમારી ખાત્રી થશે. એવી રીતે તમારા ધાવણને માટે સમજશો. ગાયો કે ભેંસોનું ખરાબ વાસવાળું કે વિકારી દુધ મોટી ઉમરનાં માણસો તો હજુ પણ સહન

કરી શકે છે, પણ તમારાં કુમળી પ્રકૃતિનાં બાળકો તમારા વિકારી દુધને બિલકુલ સહન કરી શકતાં નથી, અને તેથી તેઓ જલદી માંદાં પટકી પડે છે. તમારાં બાળકો વારંવાર માંદાં પડે છે તેનાં આવાં અનેક ગુપ્ત કારણો હોય છે; પણ તેની વાતોનું તમને જ્ઞાન નથી, અરે સ્વપ્નું પણ નથી! પણ મને આશા છે કે આ પુસ્તક વાંચ્યા પછી તમારા ઘોર અજ્ઞાનનો પડદો દુર થશે, અને તમો ઘણી ઘણી અગત્યની વાતોથી જાણીતાં થશો.

હજી એક વધારે અગત્યની વાત કહેવાની છે, અને તે કહીને આ પ્રકરણ પૂર્ણ કરૂં છું. સગર્ભાવસ્થામાં બ્રહ્મચર્ય પાળવા માટે બહુ ભાર દઈને કહેવામાં આવ્યું છે. એ નિયમ આ સ્તનંધયાવસ્થામાં એટલે બાળકને ધવરાવવાની અવસ્થામાં પણ પાળવાની જરૂર છે. જેવી રીતે ગર્ભાવસ્થામાં, એવી જ રીતે આ સ્તનંધયાવસ્થામાં જ્યારે માતાની સર્વ શક્તિઓનો ઉપયોગ પોતાના બાળકના શારીરિક અને માનસિક પોષણને અર્થે થવાની જરૂર છે ત્યારે તે શક્તિઓનો બીજી રીતે ગેરઉપયોગ થાય છે અને તેથી બાળકોને ઘણાક રોગ થાય છે, એટલું જ નહિ પણ ઘણાંક બાળકો નબળાં, મૂર્ખ, વિકળ પ્રકૃતિનાં, બદશીકલ અને ખોડવાળાં થાય છે અને તેનું મુખ્ય કારણ ગર્ભાવસ્થામાં તથા સ્તનંધયાવસ્થામાં સ્ત્રીઓની તથા તેમના અજ્ઞાન પ્રાણપતિઓની વિષયવાસના સંબંધી અયોગ્ય છુટનું જ છે, એમ ખાત્રીથી માનવું. માટે જ્યાં સુધી બાળક ધાવતું હોય ત્યાં સુધી સ્ત્રીઓએ પવિત્ર માતા તરીકેની જ ફરજ બજાવવામાં તત્પર રહેવું અને પતિના વિષયલંપટપણાને કદિ પણ આધીન નહિ થવું. આ નિયમ પાળવામાં જેટલો માતાનો સ્વાર્થ છે એટલો જ પિતાનો સ્વાર્થ છે, માટે પિતાએ પોતાના બાળકના ભલાને માટે, પોતાના બાળકને વિકારી અને ખોડ ખાંપણવાળું થતું બચાવવા માટે અને માતા તરફના પોષણની સર્વ શક્તિઓ પોતાનું બાળક મેળવવાને ભાગ્યશાળી થાય તેને માટે પિતાએ વિષય વિકારમાં નહિ પડવું જોઇએ. આ સ્થિતિમાં સ્ત્રીને માતા તરીકેના સર્વ ધર્મો બજાવવા

દેવા જોઇએ, અને માતા તરીકેની ફરજમાંથી મુક્ત થયા પછી એટલે તેણી પોતાના બાળકને ધવરાવતી બંધ થાય તે પછી જ તેણે પોતાની સ્ત્રી પાસેથી પતિ તરીકેનો હક મેળવવાનો વિચાર કરવો, તે પહેલાં નહિ જ. પિતાઓ! તમારાં બાળકો વારંવાર નબળાં, લુલાંલચ, બેડોળ, ખોડવાળાં અને રોગી થાય છે, તે તમારા દુરાચરણનું અને તમારી અવિચારી વર્તણુકનું જ પરિણામ છે! તમારી સ્ત્રી તેના બાળકને ધવરાવતી હોય ત્યાં સુધી તમારે બ્રહ્મચર્ય પાળીને પવિત્ર જીંદગી ગુજારવી અને તમારી સ્ત્રીને પણ પવિત્ર રાખવી. તમારી સ્ત્રીની જે શક્તિઓ બાળકના પોષણમાં અને બાળકની વૃદ્ધિમાં ખરચાવી જોઇએ તે શક્તિ તમારે છીનવી લેવાની મૂર્ખતા નહિ કરવી જોઇએ!

પ્રકરણ ૪૩ મું.

માતાના ખોળામાં બાળકનું શિક્ષણ.

A vicious, malformed, or diseased or perverted child cannot exist in the family without "rendering evil for evil," nay more than a vagrant or imbecile person can exist in seciety wlthout, to some extent, contaminating the whole social atmosphere."

DR. TRALL.

ઇચ્છા પ્રમાણે બાળકો બનાવવા માટે તેમને ગર્ભાધાન પૂર્વેની તૈયારીની મુદ્દતમાં તથા ગર્ભાવસ્થામાં કેવી રીતે ઉછેરવાં તથા કેળવવાં તેનું જે વિવેચન પાછલા પ્રકરણોમાં કરવામાં આવ્યું છે તે વાંચનાર બાઈઓ તથા બેહેનોને યાદ હશે જ. બાળકનું શિક્ષણ શાળામાં જ

શરૂ થતું નથી, એમ પ્રથમ જ કહેવામાં આવ્યું છે. શાળામાં માત્ર લખવા વાંચવાનું અને બચપણના સ્વાભાવિક સંસ્કારોને ખીલવવાનું કામ ચાલે છે. બાળકનું ખરૂં શિક્ષણ–તેની પ્રકૃતિનું, બુદ્ધિનું તથા સદાચારનું શિક્ષણ–ગર્ભધારણ પહેલાં, ગર્ભાવસ્થામાં અને માતાની છાતી સાથે મળે છે. માબાપના મનના સંસ્કારો–સારા કે–ખોટા–એ જ તેમના ભાવી બાળકના સંસ્કારો છે, એવી જ રીતે દુધ પાનાર માતાના મનના જેવા સંસ્કારો એવા જ તેના ધાવતા બાળકના સંસ્કારો છે, એ વાત ફરીથી પણ યાદ આપવાની જરૂર પડે છે. માતાઓ ! ધાવણની સાથે તમો તમારાં બાળકને જેવા સંસ્કારો તથા જેવું શિક્ષણ આપવા ચાહશો એવા સંસ્કારો અને શિક્ષણ તેને મળશે, અને તે સંસ્કારો તથા શિક્ષણ પાછળથી કદિ પણ ભુંસાવાનું નથી. એ શિક્ષણ એ જ તમારા બાળકમાં લખેલા બ્રહ્માના અક્ષરો સમજી લેશો.

તમો તમારા બાળકને તમારા ખોળામાં જેવું શિક્ષણ આપશો, એવું શિક્ષણ તેના અંગે અંગમાં વ્યાપી જશે, એ વાત સત્ય કરીને માનજો. માતા એ બાળકની મ્હોટામાં મ્હોટી શાળા છે. એ શાળાનું પ્રથમ શિક્ષણ ગર્ભાવસ્થામાં મળે છે, અને જે અધુરૂં હોય છે તે માતાના ખોળામાં પૂર્ણ થાય છે. બહેનો ! તમે તમારા બાળકને ગર્ભસ્થાનમાં ચોરી કરવાનો પાઠ ભણાવ્યો હશે તો તે ચોર થવાનું; તમે તેને સત્યતાનો પાઠ ભણાવ્યો હશે તો તે સાચું બોલનારૂં પ્રમાણિક થવાનું, તમે તેને શાંતિનો પાઠ ભણાવ્યો હશે તો તે શાંત સ્વભાવનું થવાનું, અને તમે તેને ધાંધલપણાનું શિક્ષણ આપ્યું હશે તો તે ધાંધલીયું બનવાનું ! આ બ્રહ્માના અક્ષર સમજી લેજો, પણ એ શિક્ષણ હજી અધુરૂં હોય છે. તે શિક્ષણની પુનરાવૃત્તિ (revision) તમારા ખોળામાં થાય છે. ગર્ભાવસ્થાના શિક્ષણમાં કાંઇ ભૂલ થઈ હોય તો હજી તમો તે ભૂલ સુધારી શકો છો, અને પડેલા સંસ્કારોને કેટલેક અંશે તમો ફેરવી શકો છો. તમારા બાળકને ધવરાવતાં ધવરાવતાં તમે જે વિચારો કરશો, જે સંકલ્પો કરશો, અને જેવી વૃત્તિનું સેવન રાખશો; તેવા

વિચારો, સંકલ્પો અને વૃત્તિઓની તમારા ખોળામાં ધાવતા બાળકના મન ઉપર એવડી અસર થશે. તમો જાણો છો કે તમારા ખોળામાં તમે તમારા બાળક ઉપર એવડી અસર કરી શકો છો. એક ધાવણદ્વારા અને બીજી તમારા મનની અસરદ્વારા. તમે તમારા બાળક ઉપર તમારા મનની જેવી છાપ પાડશો એવી છાપ તેના કુમળા મગજ ઉપર જલદી પડશે. તમે તમારા મનની વિજળી તમારા બાળકના મગજમાં ક્ષણે ક્ષણે નાંખો છો. તમારી દરેક દૃષ્ટિમાં તમારા બાળકને તમારૂં માનસિક શિક્ષણ મળે છે. તમો ક્રોધી બનો છો કે તે જ ક્ષણે તમારી અને બાળકની દૃષ્ટિ એકત્ર થતાં તમારા ક્રોધની છાપ તમારૂં બાળક પોતાના મગજમાં ઉતારી લે છે! તમારૂં મન પ્રફુલ્લિત દેખીને તમારૂં બાળક પ્રફુલ્લિત બને છે! તમારૂં બાળક તમારા ચેહેરાનું ક્ષણે ક્ષણે નિરીક્ષણ કરે છે અને તમારા ચહેરાના દરેકે દરેક ભાવનો તે ફોટો લઇ લે છે. ધવરાવતાં ધવરાવતાં તમો તમારા બાળક ઉપર જેવી દૃષ્ટિ ફેંકશો એવી તમારી દૃષ્ટિની છાપ તે પોતાના મગજમાં ઉતારી લેશે અને ફોટોગ્રાફની પેઠે તે છાપ પડી તે પડી! પછી તે છાપ ભુંસવા તમે સમર્થ નથી! માટે બહેનો! બાઈઓ! તમારૂં બાળક તમારા ખોળામાં ઉછરતું હોય ત્યાં સુધી તમે બહુ સાચવી સંભાળીને વર્તો. તમારો દરેક શબ્દ તમારા બાળકના મગજમાં ચીતરાઇ જશે, માટે તમો બોલવામાં પણ સંભાળ રાખો. તમારા બાળકના સાંભળતાં તથા દેખતાં તમે જેવું વિચારશો, જેવું જોશો અને જેવું બોલશો, એવું સર્વ તમારૂં બાળક શીખશે. તમારા વિચારની તેમ જ વાણીની બન્ને અસર તમારૂં બાળક તમારા ખોળામાં પડયું પડયું શીખે છે. આ વાતથી તમો અજ્ઞાત છો, એટલો જ અફસોસ છે! તમે થોડો વિશેષ વિચાર કરો, તથા તમારી અને તમારા બાળકની ચેષ્ટા વચ્ચે શું વિજળીક અસર નિરંતર ચાલી રહી છે, તેનું જરા સૂક્ષ્મ દૃષ્ટિથી અવલોકન કરો તો તમારી ખાત્રી થાય કે તમે ક્ષણે ક્ષણે તમારા બાળકને તમારા પોતાના વિચારોનું, આચારોનું અને કૃત્યોનું શિક્ષણ આપ્યા કરો છો.

ધાવતું બાળક માતાના ખેાળામાં શરીરનું પોષણ મેળવી શકે છે, એટલું જ નહિ; તે સર્વ પ્રકારનું માનસિક શિક્ષણ પણ ત્યાં મેળવી શકે છે; માતા તેને ધાવણની સાથે નીતિ કે અનીતિ, સદાચાર કે દુરાચાર, સત્ય કે અસત્ય, ઇત્યાદિ સદ્ગુણેાનું કે દુર્ગુણેાનું પાન કરાવે છે; અરે ? મહાબુદ્ધિનું શિક્ષણ પણ માતા તેને પોતાના ખેાળામાં આપી શકે છે. પેાતાના બાળકને જે વિદ્યામાં કે ઉદ્યોગ ધંધામાં પ્રવીણ કરવાનેા વિચાર હોય તે વિદ્યાનું કે ઉદ્યોગ ધંધાનું માતા ચિંતવન તથા અધ્યયન કરે અને પોતાનું ચિત્ત એવા અધ્યયનમાં લાગેલું હોય એવા વખતે મા પેાતાના બાળકને ધવરાવે તેા માતાના આ માનસિક અધ્યયન તથા ચિંતવનનાં એકેએક પરમાણુ પેાતાના ધાવણ મારફત બાળકની રગેરગમાં ઉતરે. માતાએ એકાદ ધંધા તરફ, હુન્નર તરફ, કે શાસ્ત્ર તરફ પોતાની બુદ્ધિનેા, મનનેા અગર ઇન્દ્રિયનેા વ્યાપાર કે વૃત્તિ ચેાટાડવી કે તેનેા સંસ્કાર પેાતાના શરીરની અંદરના સાતે ધાતુમાં સંચાર પામીને તેના સ્તનની અંદરનાં દુધનાં બિંદુઓમાં પણ તેનું પરિણામ આવે છે, એટલે કે, તેણીના દુધના પ્રત્યેક બિંદુમાં તેણીના સ્વભાવની તથા ચિત્તની વૃત્તિ પ્રવેશ પામી તે દુધ પીનારા તેણીના બાળકને પણ તેજ વૃત્તિનેા વારસેા મળે છે. માટે માતાઓએ પેાતાના બાળકને ધવરાવતાં ધવરાવતાં કુટુંબ કલેશના, પડેાસણેા સાથેની લડાઇના, ધણી સાથના અણુરાગના અને સાસુ નણંદ સાથેના અણબનાવના અનિષ્ટ વિચારેા નહિ સેવતાં, તે વખતે એ બધા ખરાબ અને હાનિકારક વિચારેાને છોડી દઇને કેાઇ ઉપયેાગી વિદ્યા, શાસ્ત્ર કે હુન્નર સંબંધી વિચારેા કરવા અથવા એ વિદ્યા–શાસ્ત્ર–હુન્નરમાં પ્રવીણ પુરૂષેાનાં વૃત્તાંતેા અને ઇતિહાસેાનું મનમાં ચિંતવન કરવું, અથવા પોતાના બાળકને નીતિમાન્ અને ભક્તિમાન્ કરવું, હોય તેા નીતિમાન્ અને ભક્તિમાન્ પુરૂષેાનાં ચરિત્રેાનું પોતાના મનમાં ચિંતવન કરવું, એટલું જ નહિ પણ " મારૂં બાળક પણ આવું થાય તેા કેવું સારૂં " એવી મનમાં દૃઢ ઇચ્છા અને એવા દૃઢ સંકલ્પેા

કરવાં; જેથી પોતાનું બાળક પોતાની ઇચ્છા અને સંકલ્પો પ્રમાણે જ થવાનું એવી ખાત્રી રાખવી.

બહેનો! અત્રે જે વાતો કહેવામાં આવે છે તે કપોળકલ્પિત નથી; તે વાતો ખરેખરી છે. તમારૂં બાળક કજીયાળું કે કંકાસીયું થાય છે તેનું બીજું કારણ તમો બતાવી શકશો? એક માતાનું બાળક શાંત સ્વભાવનું થાય છે અને બીજીનું બાળક તોફાની થાય છે, તેનું બીજું કારણ તમો બતાવી શકશો? એક માતાનું બાળક આનંદી થાય છે અને બીજીનું ચીડીયું અથવા ક્રોધી થાય છે, તેનું કારણ તમો બતાવી શકશો? જે માતા જેવી હોય છે તેવું જ તેનું બાળક થાય છે, તેનું કારણ તમો બતાવી શકશો? આ સર્વેનું કારણ એક જ છે અને તે એ કે, માતાના સ્વભાવ પ્રમાણે જ તેનું બાળક થાય છે. માટે બાળકને ધવરાવવાના સમયમાં એટલે એકથી સવા વરસ સુધી જ્યાં સુધી તમો તમારા બાળકને તમારી છાતીએ ધવરાવો ત્યાં સુધી તમારે ઉત્તમ વિચારો, ઉત્તમ આચારો, અને ઉત્તમ કામો ઉપર જ તમારી વૃત્તિને ચોટાડવી અને તમામ અનિષ્ઠ—નઠારા વિચારો અને દુર્ગુણોનો ત્યાગ કરવો. બહેનો! એક બાળકને સારૂં કે નઠારૂં પેદા કરવું અને બનાવવું એ તમારા પોતાના હાથમાં જ છે; એ વાત તમારા અને તમારા પ્રાણપતિના સ્વાધીનમાં છે. તમે તમારા નઠારા સ્વભાવથી તમારા બાળકને બગાડી મૂક્યા પછી તમો તે બાળકના દુષ્ટ સ્વભાવ માટે તથા તેના દુરાચાર માટે તેને ધમકાવો કે માર મારો એ સર્વ મિથ્યા છે! તમારા બાળકના આ દુર્ગુણનો સર્વ ઠપકો તમને જ ઘટે છે!

પ્રકરણ ૪૪ મું.

બાળકોનું ગૃહશિક્ષણ.

" મન, વાણી તથા કૃત્યનું ઘરનું વાતાવરણ.

કહે નેપોલિયન દેશને, કરવા આબાદાન;
સરસ રીત તો એ જ છે, દો માતાને જ્ઞાન.

બ્હેનો અને ભાઈઓ ? માતાના ખોળામાંથી છુટું થયા પછી બાળક ઘરમાં રમતું અને હરતું ફરતું થાય છે. આ કુમળી વયમાં બાળકને ઘરના વાતાવરણમાંથી સારૂં કે નઠારૂં શિક્ષણ મળ્યા કરે છે, એ વાત તરફ પણ છેવટ તમારૂં લક્ષ ખેંચ્યા વિના ચાલે તેમ નથી. તમોને આશ્ચર્ય તો લાગશે કે વળી ઘરના વાતાવરણમાંથી શિક્ષણ શી રીતે મળતું હશે? હું કહું છું કે ઘરના વાતાવરણમાંથી નિર્મળ અને પવિત્ર બુદ્ધિના બાળકો ક્ષણે ક્ષણે શિક્ષણ મેળવે છે. આ શિક્ષણ મા-બાપો કે ઘરનાં માણસો બાળકોને પાસે બેસાડીને શીખવતાં નથી. આ શિક્ષણ અનાયાસે સ્વાભાવિકપણે મળે જાય છે. ઘરમાં ચાલતા વિચારો, બોલાતાં શબ્દો અને થતાં કૃત્યો એ સર્વ **મેસ્મેરીઝમ** અથવા વીજળીક અસરની પેઠે બાળકોના નાજુક મગજમાં પ્રવેશ કરે છે. બાળકનું વય આઠ દશ વર્ષનું થાય છે ત્યાં સુધી તે ઘરનાં મનુષ્યોના વિચારો, વાતો તથા કૃત્યોની છાપ પોતાના મગજમાં ઉતારતું જાય છે અને મગજની એ છાપ દિનપ્રતિદિન એવી સચોટ બેસી જાય છે કે પછી તે છાપને બીજી કોઇ શિખામણ કે કેળવણી ભુંસી શકતું નથી. થોડાં દૃષ્ટાંતથી આ વાતની હું સમજણ પાડું છું.

દૃષ્ટાંત ૧ લું—ઘરના વાતાવરણને ઠેકાણે આપણે સ્થળના

વાતાવરણનું દૃષ્ટાંત લઇએ. બાળક જન્મે છે ત્યારે તે શીખવ્યા વગર ઘરની બોલી બોલવા મંડી જાય છે. અંગ્રેજ લોકોનાં છોકરાં અંગ્રેજી બોલી બોલવા લાગે છે, પારસી કુટુંબોનાં છોકરાં પારસીસાઇ ગુજરાતી બોલી બોલતાં શીખે છે, અને હિંદુસ્તાની અથવા ઉર્દુ ભાષા બોલનારાં કુટુંબોનાં છોકરાં હિંદુસ્તાની અથવા ઉર્દુ ભાષા બોલતાં શીખે છે. એમને શીખવવાની જરૂર પડતી નથી. આનું નામ શીખવ્યા વિનાનું ગૃહશિક્ષણ અથવા ઘરની છાપ.

દૃષ્ટાંત ૨ જું—કલકત્તાના છોકરાઓ ગાયનના શોખીન હોય છે, મુંબાઇના છોકરાઓ વેપારની વૃત્તિવાળા થાય છે, સુરતમાં લહેરી લાલજી છોકરાઓ પાકે છે અને અમદાવાદમાં બગડેલ બુદ્ધિની, સ્વાર્થલંપટ અને મુંજી પ્રજાનો કેડવા વિશેષ ઉછરે છે! આનું શું કારણ છે? આ સર્વ ગૃહશિક્ષણનો પ્રતાપ છે. કલકત્તાનાં કુટુંબોમાં ગાયનનું વાતાવરણ, મુંબઇનાં કુટુંબોમાં વેપારની વાતો, સુરતી કુટુંબોમાં શોખ અને મોજશોખની વાતો, અને અમદાવાદી વાણીઆઓમાં અફડાતફડીથી પણ સાંજે પડે પાંચ પૈસા રળી લાવવાની જ સ્વાર્થલંપટતા ભરેલી વાતો સદા ચાલતી હોય છે, અને નાનાં બાળકોને આ શિક્ષણ એની મેળે મળ્યા કરે છે. અમદાવાદી છોકરાને શીખવવું પડતું નથી કે તારે વેપારમાં આમ દગો કરવો, રોજ પાંચ પચાસવાર જૂઠું બોલવું અને લેવડદેવડમાં નીચપણું અને ખાનપાનમાં મુંજીપણું આવી રીતે કરવું. આ શિક્ષણ તેમને માતાના ગર્ભમાંથી જ મળે છે, અને તે પછી ઘરમાં માબાપ તથા મોટેરાંઓની વાતોમાંથી જ મળતું રહે છે.

દૃષ્ટાંત ત્રીજું—જે કુટુંબોમાં વિવેકથી અને સુંદર વાણીથી બોલવાનો ચાલ હોય છે તે કુટુંબોનાં છોકરાં બોલવામાં વિવેકી અને મીઠી વાણીવાળાં થાય છે. જે કુટુંબોમાં અવિવેકથી, ઉદ્ધતપણે અને નઠારી વાણીથી બોલવાનો ચાલ હોય છે તે કુટુંબનાં છોકરાં પણ અનાયાસે, ઉદ્ધત, અવિવેકી અને કઠોર વાણીવાળાં થાયછે.

નાગર લોકોમાં અને ખાસ કરીને કાઠિયાવાડના નાગરોમાં નાનાં બાળકોને પણ બે નામથી બોલાવવાનો ચાલ છે, એટલું જ નહિ પણ તેમની વાણીમાં પણ મીઠાશ અને વિવેક હોય છે, તેથી તેમનાં કુટુંબનાં છોકરાં પણ એવી જ વિવેકભરી વાણીથી વાત કરતાં શીખે છે. બીજી તરફથી બીજા બ્રાહ્મણો, વણિક, કણબી વગેરેનાં કુટુંબોની રીતભાત તપાસો. તે કુટુંબોના વાતાવરણ પ્રમાણે જ તેમનાં છોકરાં બોલવા લાગે છે. ત્રીજી તરફથી એથી પણ અધમ નીચ એવાં કોળી વાઘરીનાં ઝુંપડાંઓની નીચ વાણી જુવો. તે ઝુંપડાંનાં છોકરાંઓ કદિ પણ સારી વાણી બોલનારાં થતાં નથી. આ સર્વ ગૃહશિક્ષણનો પ્રતાપ છે.

વાતાવરણમાં આપણી વાણીનો પડઘો પડે છે. તે વાત જાણો છો કે નહિ ? મેદાનમાં અથવા મોટી નદીને કિનારે ઉભા રહીને તમે બૂમ મારો છો અથવા જેવો ઉચ્ચાર કરો છો તેવો જ સામેથી પડઘો પડે છે, અર્થાત્ એવો જ તમને જવાબ મળે છે કે નહિ ? જે વાતાવરણમાં તમે વસો છો તે વાતાવરણમાં તમારા દરેક શબ્દનો અને વિચારનો પડઘો પડે છે, અને આસપાસના લોકોમાં અને ખાસ કરીને કુમળાં હૃદયનાં બાળકોમાં એનો પ્રત્યાઘાત થાય છે. આ ક્રિયા ગુપ્તપણે થયા કરે છે અને બળવાન્ માણસોના વિચારોની તથા વાણીની નબળા અને નાજુક માણસો ઉપર વિશેષ અસર થયા કરે છે. તમારે તેનું પ્રત્યક્ષ દૃષ્ટાંત જોઇતું હોય તો તે આપું. તમે તમારા બાળકને જેવો શબ્દ કહો છો તેવો જ શબ્દ તે સામો કહે છે, તે તો તમે જાણો છો ના ? તમે તમારા અણસમજુ બાળકને લુચ્ચો કહો છો એટલે તે સામું તમને લુચ્ચી કહે છે; કદિ કોઇવાર તમારૂં બાળક એ શબ્દ મોટેથી વાપરતું નથી તોપણ તે શબ્દ તેના હૃદયમાં કોતરાઈ જાય છે, અને તે શબ્દનો તેને સારો પરિચય (ઓળખાણ) થાય છે. નાનું બાળક 'મેર રોંડ' કે 'મારા રડયા' એવા નઠારા શબ્દોને જાણતું નથી, અને સારાં

સુશિક્ષિત કુટુંબોમાં તો મોટી ઉમર સુધી પણ એવા શબ્દો તેને કાને પડેલા નહિ હોવાને લીધે એવા બિભત્સ શબ્દોથી તે બાળકના કાન નાનપણથી અપવિત્ર થયા હોતા નથી, તો તેના મોંમાં તો ક્યાંથી જ આવી શકે. એજ શબ્દો આપણાં ઘણાં કુટુંબોમાં નિત્યના વપરાશના છે, અને સ્ત્રીઓ હાલતાં ને ચાલતાં આ શબ્દો વાપરે છે અને કેટલાક મૂર્ખ પુરૂષો પણ આ શબ્દો વાપરે છે. આ શબ્દોનો પ્રત્યુત્તર નાનાં બાળકો તરફથી એવાજ રૂડા શબ્દોમાં મળે છે કે નહિ ? તમારા ઘરમાં તથા પોળમાં રમતી નાની નાની છોડીઓ અને છોકરાઓ રમતાં રમતાં આવા શબ્દો વાપરે છે તે તમો સાંભળો છો કે નહિ. તે શબ્દો તેઓ ક્યાંથી શીખી લાવ્યા ? પોતાની મા પાસેથી પોતાના જ ઘરમાંથી !

વાણીની બાળકો ઉપર વાણીમાં જ અસર થાય છે, એમ નહિ સમજો. તેની એક બીજી ઘણી જ ગંભીર અને હાનિકારક અસર પણ થાય છે. તમે તમારાં નાનાં બાળકોને આખો દિવસ ચોર, જુઠ્ઠો, લુચ્ચો, આવા શબ્દો કહ્યા કરો તો તેથી તેનામાં તે દુર્ગુણોના સંસ્કારો ઓછા થવાને બદલે વધારે દૃઢ થશે. તમારા બાળકને એમ કહ્યા કરો કે, " તું તો ઠોઠ છું, ભણવાનો નથી, મૂર્ખ રહેવાનો છે, તું બીકણ છે, તું ગધેડો છે, " તો તે છોકરો આવા વારંવારના શબ્દ પ્રહારથી તથા શબ્દ સંસ્કારોથી એવો જ થવાનો ! તેને બદલે તમે તેને એમ કહ્યા કરો કે, " ભાઈ, તું બહુ હુશિયાર છો, બહુ ડાહ્યો છો, બહાદુર છો " તો તે છોકરો આ ઉત્તમ શબ્દોની અસરથી એવો જ થવાનો ! શબ્દોની આવી પ્રબળ અસર છે, એ વાત તમારે ખાત્રીથી માનવી. માટે તમારા બાળકમાં સારા સંસ્કારો નાખવા હોય તો તમારા કુટુંબની–ઘરની–વાણીમાં તમારે સુધારો કરવો. તમારો છોકરો કે તમારી છોકરી નઠારૂં બોલવાવાળી થાય, કઠોર અને હલકી વાણીની થાય તો તેને માટે તમો જ અને તમારા કુટુંબની ભાષા જ જવાબદાર છે ! તમારાં છોકરાં બીકણ, મૂર્ખ, અને ઠોઠ રહે તો તેને માટે પણ મોટે ભાગે તમારી વાણી જવાબદાર છે !

તમો તમારા મનમાં જે જે વિચારો સેવો છો, તેની પણ એવી જ અસર થાય છે. તમો તમારા મનમાં એવું વિચાર્યા કરો કે આ મારી છોડી રાંડ ડાકણ જેવી છે, નઠારા ચોઘડીઆમાં આવી છે, છપ-રપગી છે, રાંડ કજીયાળી છે અને એવાં એવાં વિશેષણો આપીને વળી કાંઇ વાંક આવે છે તો ઘણીવાર તો તમે તેના નામનું મોંવાળી બેસો છો અથવા છાતી કુટો છો ! બ્હેનો ! કહો, આ તમારી વર્તણુ-કની તમારી આ બાળકી ઉપર કેવી ખરાબ અસર થાય ! તમારી એ બાળકી જેવી છે તેવીને તમે જ જન્મ આપ્યો છે, અને હવે તેના ગુણ-દોષમાં બગાડો કરવો કે સુધારો કરવો તે તમારા જ હાથમાં છે. તે તમારા આવા નઠારા શબ્દોથી સુધરતી નથી પણ બગડે છે. તમે તેને નિત્ય પ્રીતિથી બોલાવો, અને " તું બહુજ ડાહી તથા સારી છો ' એવા શબ્દો તેણીના આગળ કહ્યા કરો, એટલે ખરેખાત તે ડાહી અને ભલી થવાની !

ભાગ ૭ મો. ઉપચારો.

પ્રકરણ ૪૫ મું.

બાળકોના દરદોના ઉપચાર.

त्रिविधः कथितो बालः क्षीरान्नोभयवर्तनः ॥
स्वास्थ्यं ताभ्या मदुष्टाभ્યાં दुष्टाभ्यां रोगसंभवः ॥

"બાળકની ત્રણ અવસ્થા છે; દુધ પીવાની, દુધ અને અન્ન બન્ને સાથે સેવન કરવાની અને અન્ન ખાવાની; તે દુધ તથા અન્ન દોષ વગરનાં હોય તો બાળકો તન્દુરસ્ત રહે છે, અને દુધ તથા અન્ન દોષવાળાં હોય તો બાળકોને રોગ થાય છે"

પૂર્વેના ૭ ભાગોમાં વર્ણન કર્યા પ્રમાણે તેમાં બતાવેલા નિયમોથી વર્તન રાખવાથી ઇચ્છા પ્રમાણે સારી પ્રજા ઉત્પન્ન થાય છે, એમાં બિલકુલ સંદેહ રાખવો નહિ, અને તે પ્રમાણે વર્તવાનો દરેક માબાપે પ્રયાસ કરવો. પ્રયાસથી ઉત્તરોત્તર પ્રજામાં સુધારો થશે. એકદમ કાંઇ પણ ઇચ્છા પ્રમાણે બની જતું નથી, ધીમે મે સર્વ કઠણ વાતો પણ સહેલી થાય છે અને અસાધ્ય ગણાતી વાતો પણ સાધ્ય થઇશકે છે. પ્રજાનો વંશ સુધારવો, એ વાત એકાદ પેઢીમાં બનતી નથી. આ પુસ્તકમાં બતાવેલા નિયમોથી વર્તીને આજથી તમો પ્રયાસ કરો તો તમે તમારા બાળકોને વધારે સારાં બનાવી શકો અને તમારા સારા સંસ્કારો લઇને અવતરેલ તમારાં બાળકો એ સંસ્કારોનો તથા આરોગ્યતાનો વારસો પાછો એમનાં બાળકોને વધારે સારી રીતે આપી શકે. એમ ઉત્તરોત્તર પ્રજામાં સુધારો થઇ શકે. આ પુસ્તકમાં

જે નિયમો આપ્યા છે તે પ્રમાણે વર્તવાથી :નિરોગી પ્રજા ઉત્પન્ન થઈ શકે જ. તથાપિ અનેક આગંતુક (બહારનાં) કારણોથી તેમજ ખાનપાનની ભૂલોથી બાળકો માંદાં પડી જાય છે, માટે બાળકોના મંદવાડમાં પણ ઘણી ચોકસાઈ ભરેલી કાળજી રાખવી જોઇએ અને તેમનાં દરદોના યોગ્ય ઉપાયો તાબડતોબ લેવા જોઇએ. દરદોના ઉપચારોમાં માબાપો અને વિશેષ કરીને માતાઓ જાણીતી હોય તો ઘણું જ સારૂં. ઘણાં બાળકો સાધારણ મંદવાડમાં પણ માતાઓના અજ્ઞાનથી અને બેકાળજીથી મરણ પામે છે; માટે માતાઓએ જેમ બીજા નિયમો જાણવા જોઇએ તેમ બાળકોના મંદવાડ સંબંધી ઉપચારના પણ કેટલાક સાદા નિયમો અને સાદા ઉપાયો જરૂર જાણવા જોઇએ. હાલમાં બાળકના મંદવાડના ઉપચારનું સર્વ કામ ભાડુતી ડાક્ટરો અને ભાડુતી દાયણોને સોંપી દેવામાં આવ્યું છે; અને ડાક્ટર બતાવી જાય છે તે પ્રમાણે દવાદારૂ, ખાનપાન, વગેરેમાં ઘરની સ્ત્રીઓ વર્તે છે, પણ તે ઉપરાંત પોતાની અક્કલનો કાંઈ પણ ઉપયોગ તેઓ કરતી નથી; અથવા વૈદ કે ડાક્ટરની ગેરહાજરીમાં તેઓ કાંઇ પણ યોગ્ય ઉપચાર કરી શકતી નથી, તેથી ઘણુંક બાળકોનો મંદવાડ વધી જાય છે ત્યાર પછી ડાક્ટરની કે વૈદની મદદ આવી પહોંચે છે. જો સ્ત્રીઓ આ સંબંધી સાધારણ જ્ઞાન ધરાવતી હોય તો આવી ઘણીક ખરાબીનો અટકાવ થાય. અગાઉના સમયમાં ઘરની અનુભવી ડોશીઓ વધારે સારૂં જ્ઞાન ધરાવતી હતી અને વૈદની ગેરહાજરીમાં અથવા વૈદ વિના બચ્ચાંઓના સાધારણ મંદવાડમાં પોતાના હાથે ઉપચાર કરી લેતી હતી. મારા વિચાર પ્રમાણે સ્ત્રીએ ઘરનાં દરદીઓ માટે દાયણ બનવું જોઇએ, એટલે ભણેલી દાયણો જેટલી સારવાર જાણે :છે એટલી સારવાર ઘરની દરેક સ્ત્રીએ જાણવી જોઇએ. આ વિષયનું એક સ્વતંત્ર સ્ત્રી ઉપયોગી પુસ્તક લખવાની અને ઘેર ઘેર વંચાવાની જરૂર છે. જો ઘરની સ્ત્રીઓ આ કામમાં હુશિયાર હોય તો વારંવાર ડાક્ટરોને અને વૈદોને ઘેર બોલાવવાની

ખટપટનો અને ખર્ચનો બચાવ થાય. જે કુટુંબની સ્ત્રીઓ ભણેલી, સમજુ અને બાળકોના ઉપચાર સંબંધી કાંઈ પણ જ્ઞાન ધરાવનારી હોય છે. તેમના ઘરમાં વારંવાર ડાકટરની કે ડાકટરની દવાની જરૂર પડતી નથી. આપણાં કુટુંબોની સ્ત્રીઓ આવી ભણેલી, સમજુ અને હુશિયાર થશે ત્યારે જ દેશની ચડતી થશે. એટલા માટે આ પુસ્તકમાં બાળકોનાં દરદોના ઉપચારો સંબંધી એક પ્રકરણ ઉમેરવામાં આવ્યું છે.

બાળકોને વારંવાર થતાં સાધારણ દરદોમાં નીચેનાં દરદો ગણી શકાય:—પેટ ચડવું, પેટપીડ, ધોળો ઝાડો, લીલો ઝાડો, મરડો, ઉલટી, કોલેરા, ઉધરસ, કફ, વરાધ (બાળક ભરાઇ આવે તે) તાવ, આંચકી (શરીર ખેંચાઇ જવું), કમળો, પાંડુ, પેટ વધવું, શરીર ગળવું, ઓરી, અછબડા, બળીયા, શરીર ઉપર રાતાં ચકામાં, ગરમીના ગુમડાં (ખીલ), ફોલ્લા, કોહો (ખસ), ચાંદાં, ગડ, ગળાની ગાંઠો (scrofulla) વગેરે. આમાંનાં કેટલાક દરદો ધાવણના, દુધના, કે ખોરાકના વિકારથી થાય છે; કેટલાંક દરદો ઠંડી, ગરમી, કે ખરાબ પાણીથી થાય છે; કેટલાંક દરદો ખરાબ હવાથી થાય છે; કેટલાંક દરદો ચેપથી અને ગંદાં રહેવાથી થાય છે અને કેટલાંક દરદો માનાં દરદોનો વારસો હોય છે. તથાપિ આ બધાં દરદો યોગ્ય તજવીજથી અને યોગ્ય ઉપચારથી સારાં થઈ શકે છે અને એજ દરદો થોડી ગફલતથી વધી જઇને બાળકોના મૃત્યુનાં કારણો બને છે. માટે કોઈ નાનું નજીવું દરદ પણ બાળકને થાય તો તે થયા પછી તેનો તુરત ઉપાય કરવો.

બાળકના દરદની પરીક્ષા—બાળક પોતાનું દરદ બોલીને બતાવી શકતું નથી. તેના દરદની પરીક્ષા કરવામાં બારિક અવલોકનની અને અનુભવની જરૂર પડે છે. તેના શરીરની ચેષ્ટાઓ ઉપરથી કેટલીક પરીક્ષા થઈ શકે છે. બાળકના રોવા ઉપરથી તેનું દરદ નરમ છે કે સખ્ત છે તે જાણી શકાય. તેના શરીરના જે ભાગમાં દરદ

હોય તે ભાગમાં આપણો હાથ મુકવાથી તે રૂવે છે અથવા આપણા હાથને પોતાના હાથથી દૂર કરવાનો બાળક પ્રયાસ કરે છે અને તે ઉપરથી શરીરના અમુક ભાગમાં દરદ છે, એવો નિશ્ચય થઈ શકે છે, અથવા જ્યાં દરદ હોય છે ત્યાં બાળક વારંવાર પોતાનો હાથ લાવે છે તે ઉપરથી પણ દરદની જગા સમજી શકાય છે. બાળક આંખો બંધ કરે તો એમ સમજવું કે તેના માથામાં દરદ છે. ઝાડાનો કબજો હોય, ઉલટી થતી હોય, તો માનું સ્તન જોરથી ચાવે–દબાવે. પેટમાં અવાજ થતો હોય, પેટ ચડી આવતું હોય, પીઠ (વાંસો) મરડયા કરતું હોય, ઇત્યાદી બધાં લક્ષણો અથવા એમાંનાં થોડાં લક્ષણો હોય તો સમજવું કે તેના પેટમાં–કોઠામાં–દરદ છે. જીભ તથા હોઠને દાંતથી ચૂસ્યા કરતું હોય, શ્વાસ હોય અને મૂઠીઓ વાળી રાખે તો સમજવું કે તેના હૃદયમાં કાંઇ પીડા છે; બસ્તિમાં એટલે ડુંટીની નીચેના ભાગમાં તથા મૂત્રાશયમાં કાંઈ દરદ હોય તો મળમૂત્ર અટકી જાય, અને ભય ભરેલી આંખોથી ચારે તરફ જોયા કરે; પેટમાં કૃમિ હોય તો બાળક દાંત કચડયા કરે, ઘેનમાં પડી રહે અને ઝબકી ઝબકીને ઉઠે.

બાળકની દવાનું માપ—બાળકને વનસ્પતિની દવા આપવી હોય તોપણ તેનું પ્રમાણ ઉમરના પ્રમાણમાં ઘણું જ થોડું હોવું જોઇએ. એક માસની ઉમર સુધી ટંકે ૧ રતી વજન સુધી દવા આપવી, અને તે દવા ઘી, મધ, દુધ કે શાકરમાં ચાટવા જેવું કરીને ચટાડવી કે પીવા જેવું કરીને પાવી. બે માસના બાળકને દવાનું માપ ૨ રતી, ત્રણ માસના બાળકને ૩ રતી, એમ દર માસે એક એક રતી પ્રમાણ વધારવું. તથાપિ બધી દવાઓને માટે એક સરખો નિયમ રાખવો નહિ. દવાની જાત તથા બાળકની શક્તિ તથા પ્રકૃતિને વિચાર કરીને જ દવા આપવી.

માંદા બાળકની માને દવા આપવી—ધાવણના વિકારથી બાળક માંદુ પડે તો તેની માને પણ દવા આપવી; તેમજ માના ખોરાકમાં પણ ફેરફાર કરવો. ધાવણ પ્રમાણે બાળકની પ્રકૃતિ થાય છે,

એ વાત અગાઉ એક કરતાં વધારે વખત કહેવામાં આવી છે. માટે ધાવણના વિકારથી બાળકની તબીયત બગડી છે એમ માલમ પડે તો પ્રકૃતિ બગાડવાનું કારણ પ્રથમ દૂર કરવું જોઇએ. એટલા માટે બાળકની માને યોગ્ય દવા આપવી જોઇએ.

દાંત ફુટવા—ઘણુંક બાળકને દાંત ફુટવાના સમય ઉપર ઘણા ઉપદ્રવો થાય છે. વિશેષ કરીને તાવ, ખાંસી, ઉલટી, આંખો ઉઠવી, તથા પાંપણોનો રોગ થાય છે. દાંતો ફુટતી વખતે સર્વ બાળકોને ઘણું કરીને આખું અંગ દુખવા માંડે છે. દાંત બહુ પીડા સાથે આવે છે એમ માલમ પડે તો નીચેના ઉપાયો કરવાઃ—ડાક્ટર પાસે દાંતના પારા ચીરાવવા; ચુનામાં મધ મેળવીને દાંતોની જડોમાં તે ઘસવું; અથવા ધાવડીનાં ફુલ, લીંડીપીંપર, તથા આંબળાં ત્રણેને પાણીમાં વાટીને દાંતના પારા ઉપર ઘસવું; અથવા ધાવડીનાં ફુલનું ચૂર્ણ મધ મેળવીને ઘસવું; અથવા લીંડીપીંપર અને આંબળાનું ચૂર્ણ મધ મેળવીને ઘસવું. આ ઉપાયોથી દાંત સુખથી ફુટે છે, અર્થાત્ બાળકને બહુ કષ્ટ થતું નથી.

બાળક ધાવણ ધાવે નહિ એટલે ધાઇ મોંમાં લે નહિ અથવા મોંમાં લીધા છતાં ધાઇને દબાવી શકે નહિ તો સીંધાલુણ, આંબળાં, હરડે તથા ઘી તેનું ચાટણ બનાવીને તે ચાટણ બાળકની જીભ ઉપર ચોપડવું, એટલે જીભની જડતા દૂર થશે અને બાળક ધાવવા લાગશે.

તાવ—બાળકને તાવ આવે તો નાગરમોથ, લીંડીપીંપર, અતીવિષ તથા કાકડાશીંગી, તે ચારે સમાન વજનથી લઇ બારીક ચૂર્ણ કરીને ઉમર પ્રમાણે ટંકે ૧ રતીથી ૨ વાલ પ્રમાણથી મધમાં મેળવીને ચટાડવું અથવા તેનો કવાથ મધ નાખીને પાવો. એકલું અતીવિષનું ચૂર્ણ મધમાં આપવાથી પણ ગુણ કરે. તાવ સાથે ઝાડો, ખાંસી, ઉલટી, શ્વાસ, વગેરે ઉપદ્રવો હોય તે પણ આ ઉપાયથી મટે; અથવા ધાવડીનાં ફૂલ, બીલીનો ગરભ, ધાણા, લોદર, ઇંદ્રજવ તથા વાળો, તેનું સમાન ભાગે ચૂર્ણ કરીને મધમાં ચટાડવું. તેનાથી તાવ સાથે પાતળો ઝાડો (અતિસાર) મટે.

ઝાડા—(અતિસાર)—બાળકને પાતળા પાણી જેવા ઝાડા થવા માંડે કે તેના ખેારાકમાં ફેરફાર કરી નાંખવેા. બાળક ધાવણું હેાય તેા તેની માએ હલકેા ખેારાક ખાવેા. જો બાળક ખાતાં શીખ્યું હેાય તેા ખેારાક બંધ કરવેા અને ફક્ત દુધ આપવું અને દુધમાં ચુનાનું આછરેલું પાણી ઉમેરીને દુધ પાવું. આટલી તજવીજથી જ ઝાડેા બંધ થશે. ઝાડા ઉલટીમાં ચુનાનું આછરેલું પાણી એક સર્વોત્તમ ઉપાય છે, માટે નાનાં બાળકની માતાએ ચુનાના પાણીના ઉપયેાગથી જરૂર વાકેફ થવું. આટલી તજવીજથી ઝાડેા અટકી જશે. પણ ઝાડેા ન અટકે તેા બીજા ઉપાયેા કરવા; ઈંદ્રિજવ અને વાવડીંગને શેકીને તેની ફાકી ઘરમાં તૈયાર રાખવી. બાળકને પેટપીડ, ઝાડેા, મરડેા, ઉલટી વગેરે થાય કે આ ફાકી એક થી ત્રણ રતી સુધી બે ત્રણ ટંક પાણીમાં પાઈ દેવી. સુંઠ, અતીવિષ, મેાથ તથા ઈંદ્રજવ તેનેા કવાથ પણ ઝાડાને તુરત બંધ કરે છે. નીચેનું ચૂર્ણ ઘરમાં તૈયાર રાખવું અને મજબૂત બુચવાળી શીશીમાં રાખી મૂકવું. તજ ૪ ભાગ, જાયફળ ૩ ભાગ, કેસર ૩ ભાગ, લવીંગ ૧ાા ભાગ, એલચીદાણા ૧ ભાગ, ઉંચી ચીનાઈ સાકર ૨૫ ભાગ અને ચાક ૧૨ાા ભાગ. ચાક સિવાયની વસ્તુઓને બારીક ખાંડીને મેંદા જેવેા લેાટ બનાવવેા. પછી તેમાં ચાક મેળવીને ખૂબ વાટીને શીશીમાં ભરવું. ઝાડાવાળા બાળકને તેમાંથી ટંકે બબે ત્રણત્રણ રતી દવા ઠંડા પાણી સાથે પાવી; ઝાડેા ખાટી વાસ મારતેા હેાય તેા એકલું ચુનાનું પાણી પાયા કરવાથી જ સુધારેા થાય છે.

મરડેા—મરડાના મરજમાં એરંડીયું ઉત્તમ છે. મરડેા થાય કે બાળકને થેાડું દીવેલ દુધમાં કે ધાવણમાં પાઈ દેવું. મરડામાં અફીણ, કેસર, જાયફળ, વગેરે બંધકેાશ કરનારી દવાઓનેા ઉપયેાગ કરવાનેા ચાલ નુકસાનકારક છે. બહુ લેાહી પડતું હેાય તેમાં જ વખતે આવી દવાઓ ફાયદેા કરે અને લેાહીને બંધ કરે. બીલાંનેા ગરભ, હરડેનેા ઘસારેા અને મધ ચટાડવાથી મરડેા બંધ પડે છે. મરડેા જુનેા થયા

પછી મોરથુથુની ઘણી જ સારી અસર છે. ૧ રતી મોરથુથુની ૨૪ પડીકી કરવી. તે એવી રીતે કે ૧ રતી મોરથુથુમાં ૨૪ રતી બાવળનો ગુંદર મેળવવો અને તેની ૨૪ પડીકી કરવી. આ એક એક પડીકી રોજ ત્રણવાર ઠંડા પાણીમાં પાવી. આથી જુનો મરડો જરૂર મટે છે. ખોરાકની બહુ જ સંભાળ રાખવી. દુધ અને કાંજી સિવાય કાંઇ આપવું નહિ.

ઉલટી—ઉલટી પણ પેટના વિકારથી થાય છે. ઝાડો કબજ હોય તો ઝાડાનો ખુલાસો કરવો; કૃમિનો ઉછાળો હોય તો કરમીઆની દવા દેવી. ઈંદ્રિજવ અને વાવડીંગની ભુકી પાણીમાં પાવી, કળીચુનાનું પાણી પણ ઉલટીને બેસાડે છે, અને દુધમાં અરધું આ પાણી નાંખીને પાવું. દવા પાવી તે પણ કળીચુનાના પાણીમાં જ પાવી; આંતરડાંમાં બીગાડ હોય તો કડુનું ચૂર્ણ મધમાં ચટાડવું; અથવા કડુને શેકીને તેની ભુકી ગોળના ગરમ પાણીમાં પાવી તેથી મળની શુદ્ધિ થશે અને ઉલટી બેસી જશે. ધાવણના બિગાડથી ઉલટીમાં ધોળાં કોકડાં નીકળતાં હોય તોપણ કળીચુનાનું પાણી પાવાથી દુધનું પાચન થાય છે, અને ઉલટી બંધ થાય છે.

દુધની ઉલટી—બાળક વારંવાર ધાવણ કે દુધ ઓકી કાઢતું હોય તો, લીંડીપીપર, પીપરીમૂળ, ચવક, ચિત્રકમૂળ, તથા સુંઠ એ પાંચ વસ્તુનું બારીક ચૂર્ણ અકેક બબે રતી, તેને ઘી તથા મધમાં મેળવીને ચટાડવું; નાનું આઠરેલું પાણી મધ નાખીને પાવું અથવા દુધમાં મેળવીને તે દુધ પાવું.

બહુ રોશે કરવું—બાળક બહુ રોયા કરતું હોય તો તેનું બીજું કારણ માલમ પડે તો તેનો ઉપાય કરવો, જેથી રોવાનું કારણ દૂર થશે. જો કાંઇ ખાસ કારણ ન સમજાય તો લીંડીપીપર તથા ત્રિફલા (હરડે, બેહેડાં, આંબળાં) એ ચારેને સમાન ભાગે ચૂર્ણ કરીને ઘી તથા મધમાં ચટાડવાથી રોવાનું બંધ થશે.

મોંનો પાક—ઘણાંક બાળકનું મોં પાકી આવે છે. તેને ઝાડાનો

કબજો હોય તો હરડેનો ઘસારો મધ મેળવીને પાવો અથવા એરંડીયું મેળવીને પાવું; તથા પીંપળાની છાલ અને પાંદડાં બારીક વાટીને તેની લુગદીમાં મધ મેળવી આંગળીવતી મોંમેં લેપ કરવો, જેથી મોંની ચાંદી તથા ગરમી દુર થશે. પાણીના કોગળા વારંવાર કરાવવા.

ખુજલી—વગેરે ચામડીના વિકારો મટાડવા માટે ઘરના ધુમાડાની મેશ, હળદર, કઠ, રાઈ તથા ઈંદ્રજવ, તેને છાશમાં વાટીને લેપ કરવો. બાળકને નિત્ય તલનું તેલ ચોળીને પછી નવરાવવાથી ચામડીના આવા વિકારો થશે નહિ, અને થયા હશે તે મટી જશે. શરીરે ચળ, દાહ, કે લુખસ થાય તો ધમાસાના ઉકાળાથી કે લીંબડાંનાં પાન બાફીને તેના ગરમ પાણીથી બાળકને નવરાવવું. ચામડી ચરચરે એવા જલદ સાબુનો ઉપયોગ કરવો નહિ; નિત્ય નવરાવીને સારી રીતે કોરા લુગડાથી ઘસીને સાફ કરવાની ટેવ રાખવી.

જખમની ફોલ્લીઓ—બાળકને કાંઈ વાગવાથી ફોલ્લા ઉપડે તો પટોલના વેલા, ત્રિફળા, લીંબડાની છાલ, તથા હળદર, તેનો ક્વાથ કરીને થોડા દિવસ પાવાથી તે ફોલ્લાઓ મટી જશે. ગરમ પાણીનો શેક અને નિત્ય બે વાર સ્નાન કરાવવું.

ડુંટીનો રોગ—બાળકની ડુંટીમાં સોજો થઈ આવે તો ગરમ પાણીનો શેક કરવો, અથવા માટીના પિંડને અગ્નિમાં તાપથી તપાવીને દુધમાં બોળવો અને પછી તે માટીનો બાફવાળો પીંડ કપડામાં વીંટીને તેવડે સહન થાય એવો ગરમ ગરમ શેક કરવો. જો ડુંટી પાકી હોય તો બકરીની લીંડીઓ બાળીને તેની રાખ પાકેલી ડુંટીમાં દાબવી; અથવા પીંપળો, પીંપળ, વડ, વગેરે કોઈ પણ એકાદ વૃક્ષની છાલનું ચૂર્ણ કે તેની રાખ દાબવી; વળી તે છાલના ઉકાળાથી ડુંટીને ધોવી. ડુંટી ફૂલીને દડો થાય તો નાગરમોથ, કોળાનાં બી, દેવદાર તથા ઇંદ્રજવ, તે સર્વેને પાણીમાં વાટીને લેપ કરવો. પેટમાં વાયુ ન થવા દેવો, દસ્ત સાફ રાખવો.

ગણું પડવું—તાળવું લચી આવે અને માથાની ખોપરીમાં

ખાડો પડે તેને ' તાલુકંટક ' અથવા ' ગળુ પડવું ' એમ કહેવામાં આવે છે. આ દરદ થાય ત્યારે બાળક ધાવી શકે નહિ, અથવા બહુ કષ્ટથી ધાવી શકે. ઝાડો પાતળો આવે, બહુ તરસ લાગે, આંખો, ગળું તથા મોંમાં પીડા થાય તથા ઉલટી પણ થાય. આ દરદમાં બાળકને હરડે, વજ તથા કઠ (ઉપલેટ) તે ત્રણેને જરા જરા લઈ પાણીમાં વાટીને તેમાં મધ મેળવીને માના ધાવણમાં થોડા દિવસ પાવું. તાળવું પાકી આવે તો જવખારને મધમાં મેળવીને તાળવામાં લગાવવો.

ધાવણનો દોષ—તેથી ઘણી વાર બાળકોની આંખો બગડી આવે છે. તેમાં આંખોમાં ચળ આવે છે તેથી તે વારંવાર આંખોને ચોળે છે, આંખોમાંથી પાણી ગળે, વારંવાર પાણી વહેવાથી બાળક પોતાનું માથું, આંખ, નાક, તેને ખુબ ચોળે છે, તાપ તડકા સામે દેખી શકતું નથી અને આંખો ઉઘાડી શકતું નથી. આ દરદમાં હળદર, દારૂહળદર, લોદર, જેઠીમધ, કડુ, લીંમડાના પાન, તથા ત્રાંબાની ભસ્મ, એ સર્વને બકરીના દુધમાં ખરલ કરીને તેની વાટો બનાવીને તથા સુકવીને તે વાટ પાણીમાં ઘસી આંખમાં ચોપડવી. માતાના સ્તનમાં ધાવણ ભરાઇને તાણ પડે છે તે વખતે બાળકને ધવરાવવાથી બાળક પણ માંદું પડે છે. માના સ્તનને ગરમ પાણીથી સુખ ધોઈ ધોઇને તથા હાથવતી દાબીને ધાવણ કાઢી નાખવું, પણ બાળકને ધવરાવવું નહિ. એવે વખતે બાળકને ગાયનું દુધ અરધો અરધ પાણી ઉમેરીને પાવું.

ગુદપાક—ગુદા એટલે ઝાડો નીકળવાની જગા પાકી આવે તો રસવંતી ચોપડવી અથવા રસવંતી બાળીને તેની રાખ દાબવી અથવા પીંપળાનાં છોડા બાળીને તે રાખ દાબવી. અથવા શંખ, જેઠીમધ અને રસવંતી તેને પાણીમાં વાટીને લેપ કરવો. જો ગુદામાં વ્રણ એટલે નારૂં પડે તો જળો મૂકાવીને ખરાબ લોહી કઢાવી નાંખવું. પછી વડ, પીંપર, પીંપળો, ઉંબરો વગેરે છીરવાળાં કોઈ પણ ઝાડોની

છાલના ઉકાળાના પાણીથી વ્રણ ધોવું. આ પાણી સહન થાય એવું ગરમ લેવું, બહુ ગરમ નહિ. ધોઇને તેના ઉપર સુખડ, સારિવા અને શંખ તેને વાટીને લેપ કરવો, અથવા એકલું જેઠીમધ વાટીને તેનો લેપ કરવો. ગુદા તથા તેની આસપાસની જગા રોજ બે ત્રણ વાર ચોળી ચોળીને ધોવી.

પારૂગલો—ગર્ભિણી માને ધાવવાથી બાળકને જે રોગ થાય છે, તેને 'પારિગર્ભિક' અથવા 'પારૂગલો' લાગ્યો એમ કહેવામાં આવે છે. આ દરદમાં બાળકને ખાંસી, ઉલટી, અરૂચિ, મંદાગ્નિ, પેટ વધવું, શરીર દુર્બળ થવું, ' હાથપગ દોરડી અને પેટ ગાગરડી ' એવી અવસ્થા થાય છે. આ દરદમાં પાચનશક્તિ બહુ બગડે છે, માટે અગ્નિ વધે એવી દવાઓ અને એવો ખોરાક આપવો.

શરીરનું સુકાવું—બાળકનું શરીર દિવસે દિવસે સુકાયા કરે ને દુર્બળ થતું જાય તો નીચેના ઉપાયો કરવાઃ—આસંધ તોલા ૮, તેને ખાંડી પાણીમાં વાટીને પછી તેમાં બશેર દુધ અને આઠ તોલા ઘી નાંખીને ધીમા તાપથી ઉકાળતાં દુધ બળી જઈ ઘી બાકી રહે તે કપડેથી ગાળી લેવું. આ ઘીમાંથી જરા જરા બાળકને રોજ પાવું. અથવા–વિદારીકંદ, ઘઉં, તથા જવ, એ સર્વનું સત્વ કાઢવું, એટલે તેનો બારીક આટો લેવો. તે આટાને ઘીમાં શેકવો. આ શેકેલા આટામાં મધ તથા સાકર મેળવીને બાળકને નિત્ય. તેની ઉમર પ્રમાણે થોડું થોડું ચટાડવું અને ઉપર દુધ પાવું. નિત્ય સ્નાન, સ્વચ્છ કપડાં, અને ખુલ્લી હવાથી પણ બાળકની તબીયત સુધરે છે.

પેટપીડ–પેટચડવું—આ એક સામાન્ય દરદ ગણાય છે, પણ વારંવાર તે બહુ જોખમકારક થઈ પડે છે અને ગફલતમાં રહેવાથી કેટલીક વાર બાળકો મરણતોલ થાય છે. ઘણું કરીને ઝાડાનો કબજો હોય છે, માટે હરડેના ઘસારામાં મધ તથા જરા સંચળ કે સાજીખાર ઉમેરીને પાવાથી પવનનો તથા ઝાડાનો ખુલાસો થશે. સુંઠના બે ચાર કટકા મૂકીને બે ત્રણ રૂપિઆભાર પાણી ઉકાળીને તે પાણીમાં થોડું

મધ તથા ચમચી એરંડીયું મેળવીને પાવું; અથવા એક વરસના બાળકને બે ટીપાં ટરપેન્ટાઇન તેલનાં અને થોડાં ટીપાં એરંડીયાનાં વરીયાળીના પાણીમાં મેળવીને ચાર ચાર કલાકે બે ત્રણ વાર પાવાથી પેટના પવનનો તથા ઝાડાનો ખુલાસો થશે. પેટ ઉપર ફલાલીનનો શેક કરવો, તે એવી રીતે કે ઉકળતા પાણીમાં ફલાલીનનો કકડો બોળીને નીચોવવો અને તાબડતોબ તેના ઉપર ટરપેન્ટાઇન તેલનાં થોડાં ટીપાં છાંટવાં. પછી તે ગરમ ફલાલીન સહન થાય એવી રીતે બાળકના પેટ ઉપર દાબવું. આવાં બે લુગડાં રાખવાં અને વારાફરતી ગરમ કરીને શેક કરવો, અરધા કલાકથી પા કલાક સુધી શેક કરવાથી પેટ ઉતરી જશે. આવા દરદમાં ખોરાકની બહુ જ સંભાળ રાખવી. કાંઈ પણ ખોરાક નહિ આપવો. ફક્ત ગાયના દુધમાં એટલું જ બીજું પાણી ઉમેરીને તથા તેમાં થોડું ચુનાનું આછરેલું પાણી ઉમેરીને થોડું થોડું પાવું. આવા વખત ઉપર માનું મન કાંઇ કંકાશથી બગડેલું હોય ને તેને બાળક ધાવે તો પેટ ઉલટું વધારે ચડે. માટે મન કલેશમાં હોય ત્યારે બાળકને ધવરાવવાને બદલે ઉપર પ્રમાણે ગાયનું દુધ અને ચુનાનુ આછરેલું પાણી પાયા કરવું.

રતવા અથવા રાતાં ચાઠાં—નાનાં બાળકોને રતવાના લાલ ચાઠાં વારંવાર ઉપડી આવે છે. ખરાબ વાસવાળી જગામાં રહેવાથી, અંધારા અને પવન વિનાના ઘરમાં રહેવાથી, મેલાં બીછાનામાં નિત્ય સુવાથી અને મેલાં ગંધાતાં કપડાં પહેર્યાથી આ રોગ થાય છે. નઠારૂં બગડેલું દુધ, બગડેલ પાણી અને બગડેલ અનાજ ખાવાપીવાથી પણ આ દરદ થાય છે. માટે બાળકોને આવાં દરદોમાંથી મુકત રાખવા માટે માતાઓએ આ બધી વાતો ધ્યાનમાં રાખવી. પોતે સાફસુફ રહેવું અને બાળકોનું શરીર કપડાં તથા પથારી પણ સાફ રાખવાં. ગંદવાડ ઘણાક ભયંકર રોગોને પેદા કરે છે. રતવા શરીર ઉપર ફેલાય છે ;અથવા ફરતો ફરે છે, પણ યોગ્ય તજવીજથી તે મટી જાય છે. સ્વચ્છતા અને ખાનપાનની તજવીજ રાખવી. ઝાડો સાફ

લાવવા માટે નિત્ય હરડેનો ઘસારો મધ મેળવીને પાવો; અથવા હરડે, બહેડાં, અને આંબળાંની બારીક કરી રાખેલી ભુકી અકેક વાલ રોજ બે ત્રણવાર મધમાં મેળવીને પાણી સાથે પાવી; રતવાનાં ચાઠાં ઉપર ખસખસના ડોડા કે અફીણની કટકી નાખીને ઉકાળેલા પાણીમાં ફલાલીનનો કટકો બોળીને તેનો શેક રોજ ત્રણ ચાર વાર કરવો. રતાંજલી અને રતવેલીઓ વાટીને સાકર મેળવી પાવો. મંડુર અથવા લોહવાળી નિર્ભય દવા બહુ જ ફાયદો કરે છે અને લોહીને સુધારે છે અને ડાક્ટરો ટિંક્ચર ઑફ સ્ટીલ આપવાની ભલામણ કરે છે. રતવા ફેલાતો અટકાવવા માટે ડાક્ટરો કૉસ્ટીક લગાડે છે. તે એવી રીતે કે રૂા. રાા ભાર વરસાદના કે ટાંકાના પાણીમાં ૧૦ થી ૧૫ ગ્રેન કાસ્ટીક મેળવીને પાણી તૈયાર કરવું. આ ધોળા પાણીમાં સળીને છેડે રૂ વીંટીને તેવડે રતવાના ચાઠા ઉપર તેમજ કિનારીની આસપાસ લગાવવું. આથી રતવા વધારે ફેલાવા પામતો નથી. ચામડી કાળી પડે એવી રીતે આ કૉસ્ટીક લગાડવું અને રતવા ફેલાતો માલમ પડે તો ફરી ફેલાયો હોય તે ભાગ સુધી બરાબર લગાવવું. રતવાવાળી ચામડી કોરી ન રહે એવી રીતે કૉસ્ટીક લગાવવું. આ દરદ ચેપી છે, માટે બીજાં બાળકોથી આ રતવાવાળા બાળકને અલગ રાખવું. વળી તેને સ્વચ્છ ચોખ્ખી જગામાં રાખવું અને સર્વ પ્રકારની સફાઈ રાખવી.

પ્રકરણ ૪૬ મું.

સ્રીઓના ખાસ રોગો–તેના ઉપચાર.

"Unchastity, and the enormous and unnatural development of the sexual passions are largely the effect of highly–stimulating foods and drinks."

DR. TRALL.

સ્ત્રીઓનાં દરદો ઘણીવાર ગંભીર અને ત્રાસદાયક હોય છે. આ રોગોનાં કારણો સમજીને તે રોગો બનતાં સુધી ન થાય એવી તજવીજ કરવી જોઇએ. ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રના નિયમોનું અજ્ઞાન અથવા તે ઘણું થોડું જ્ઞાન હોવાથી અને તે નિયમોને અમલમાં મુકવાની બાબતમાં સ્ત્રીઓ બેદરકાર હોવાથી સ્ત્રીઓના રોગોની ઉત્પત્તિ તથા પ્રસાર થાય છે. સ્ત્રીઓના અજ્ઞાનનો અને બેદરકારીનો લાભ વૈદ્યો, ડાકટરો હકીમો અને ઉંટવૈદ્યો લે છે અને તેમનો ધંધો સારો જામે છે.

સ્ત્રીઓની શારીરિક સ્થિતિ તપાસો તો મોટાં શહેરોમાં અને કસ્બાઓમાં સેંકડે એક પણ સ્ત્રી નિરોગી એટલે સર્વ ઇન્દ્રિયોનો કુદરતી નિયમો પ્રમાણે ઉપભોગ કરનારી ભાગ્યે જ મળે તો મળે. બાકીની નવાણું સ્ત્રીઓમાં કાંઇ પણ રોગ માલમ પડશે. સમાજના ઉત્ત નિયમો, દંપતિધર્મ અને સદાચાર, એ સંબંધી પોતાનો શુ વર્ત્તનક્રમ રાખ્યા વિના સ્ત્રીઓને શારીરિક આરોગ્ય મળી શકે નહિ. પાળવા યોગ્ય નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરવાથી જ તેની શિક્ષા બદલ આ સર્વ રોગો ભોગવવા પડે છે, એવી સ્ત્રીઓની પૂર્ણ ખાત્રી કરવામ આવે તો તેઓ પોતાનું વર્ત્તન સુધારે. આપણા દેશમાં હજુ પુરૂષોને મોટો ભાગ પણ શારીરિક રોગોના સંબંધમાં અજ્ઞાન છે, અને સ્ત્રીઓ પુરૂષોથી પણ વિશેષ અજ્ઞાન છે. આ અજ્ઞાનનો સત્વર નાશ કરવાની જરૂર છે. દેશના બીજા કોઇ પણ અજ્ઞાન કરતા આ અજ્ઞાન ઘણ હાનિકારક અને દેશની ઉન્નતિને અડચણ કરનારૂં છે. માટે બીજા બધાં અજ્ઞાન કરતાં આ અજ્ઞાનને પ્રથમ દૂર કરવા 'તરફ આ દેશન લોકોએ પ્રથમ લક્ષ આપવાની જરૂર છે.

ઓઓ, બહેનો! તમો તમારા બધા વહેમો છોડી દો. તમે જે જે શારીરિક અને માનસિક દરદો ભોગવો છો તે તમારૂં શરી અને મગજ બગડવાથી જ ઉત્પન્ન થાય છે, અને શરીર અને મગજ બગડવાનું કારણ તમારૂં અયોગ્ય વર્ત્તન છે. તમારૂં મગજ બગડે ત્યારે હિસ્ટીરીઆ અથવા મગજના મજ્જાતંતુઓનો વિકાર એ

નામનો વાયુનો રોગ થાય છે અને તે રોગમાં તમો વારંવાર રૂવો છો, હસો છો, ધુણો છો, તણાઇ જાઓ છો, ઇત્યાદિ અનેક પ્રકારથી તમારૂ નબળું મગજ તમારા શરીર ઉપર ચેષ્ટાઓ કરે છે. તમો આવાં દરદોને રોગ માનતાં નથી, પણ કોઇ બહારનો વળગાડ માનીને અવળા ઉપાયો કરો છો. પુરૂષો દારૂ વગેરે વ્યસનોમાંથી પાગલ (ગાંડા) બની જાય છે કે નહિ? ભાંગ, ધંતુરો, અફીણ વગેરે ઝેરી ચીજો ખાવાથી માણસો બેભાન બનીને બકવા કરવા અને અનેક પ્રકારનાં ચાળા કરવા મંડી જાય છે કે નહિ? તેમ છતાં આ સર્વ મગજ બગડવાથી થયેલા વિકાર—રોગ છે અને તુરત ઉપાય પહોંચે છે તો તેમાંથી બચાવ પણ થાય છે. બહેનો! ગર્ભ સંબંધી અનેક દરદોથી તમારા મગજમાં એવાજ વિકારો ઉત્પન્ન થાય છે, તમારૂં મન નબળું પડે છે, અને ઘણીવાર તેની સાથે કાંઇ માનસિક ક્લેશ ભળે છે, એટલે તમારા મગજના તંતુઓ વધારે ઉશ્કેરાઇ ઉઠે છે, અને તમો ધુણવા, રોવા, હસવા કે હાથપગ ખેંચવા મંડી જાઓ છો. આ સર્વ મગજના જ વિકારો છે અને તે યોગ્ય ઉપાયથી સુધરી શકે છે. માટે તમો અજ્ઞાનને અને વ્હેમને કાઢી નાંખો અને તમારાં દરદોનાં કારણોનો વિચાર કરો, તપાસ કરો.

તમો સૃષ્ટિ નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરો છો અને તેથી જ આ બધાં દુઃખો અને સંકટો આવે છે, એવું તમારે ખાત્રીથી માનવું. સ્ત્રીઓ તેમજ પુરૂષોનાં પોતાનાં કર્મ એ જ તેમનાં સંચિત છે. માટે એ કર્મમાં સુધારો કરો. સૃષ્ટિ નિયમ વિરૂદ્ધ કર્મને છોડી દો. જેવી રીતે અસત્ય ભાષણ, ચોરી, નિંદા, વ્યભિચાર, વગેરે દુર્ગુણોથી આપણે આપણા આત્માને ભ્રષ્ટ કરીએ છીએ, એવી જ રીતે આહારના અતિયોગથી, દારૂ વગેરે માદક પદાર્થોના સેવનથી, સ્ત્રીસંભોગના અતિયોગથી, ઇત્યાદિ શારીરિક નિયમોનો ભંગ કરીને આપણે આપણા હાથે જ આપણા શરીરનો નાશ કરીએ છીએ. એ વાત આપના લક્ષમાં આવે એવો શુભ દિવસ ક્યારે આવશે?

હવે, સ્ત્રીઓના કેટલાક ખાસ રોગો તરફ આપણે નજર કરીએ.

ઋતુદોષ—ઋતુ એટલે દસ્તાન સંબંધી રોગ એ સ્ત્રીઓમાં ઘણો જ સાધારણ ચાલતો રોગ છે. કોઇ કોઇ સ્ત્રીઓને ઋતુકાળ થયા છતાં ઋતુ દેખાતું નથી; કોઈ જુવાન સ્ત્રીઓને દસ્તાન ચાલતું થયા પછી અટકી જાય છે; કોઇ સ્ત્રીઓને નિયમ વગર ઋતુ આવે છે, એટલે કોઇને ઓછું વધતું આવે છે તો કોઈને ઓછી વધતી મુદતે આવે છે; કોઇને બહુ પીડા સાથે ઋતુ આવે છે અને કોઈને બહુ લોહી વહી જઇને ઋતુ આવે છે; એમ ઋતુ સંબંધી ઘણી આપદાઓ સ્ત્રીઓ ભોગવે છે, અને એ સર્વે આપદાઓ સૃષ્ટિ નિયમોના ઉલ્લંઘનમાંથી જ પેદા થાય છે, એમ ખાત્રીથી માનવું. તમો એમ કહેશો કે ઘણીક જુવાન છોડીઓ જેઓ ૧૪ થી ૧૬ વર્ષની વયે સંસારમાં પડે છે. તે સમય ઋતુ પ્રાપ્ત થવું જોઇએ, તે પ્રમાણે થતું નથી, અને આવી જુવાન છોડીઓએ આરંભમાં કોઇ પ્રકારના નિયમનું ઉલ્લંઘન કરેલું હોતું નથી, તેમ છતાં તેમાંની કેટલીક જુવાન છોડીઓને દસ્તાન આવતું નથી, તેનું શું કારણ? તેનું કારણ તેમની માતાઓનો વારસો! તેમની માતાઓએ તેમને અપૂર્ણ અથવા વિકારવાળું ગર્ભાશય વારસામાં આપેલું હોય છે, છોકરાંઓને માતા પિતાના ખાસ અવયવો વારસામાં મળે છે, આ વાત તો ઉઘાડી જ છે. જો દરેક જાતિના ખાસ અવયવો વારસામાં મળે છે તો તે તે જાતિના ખાસ અવયવોનો પણ તેમને વારસો મળવો જ જોઇએ. બધા વહેમોને બાજુ ઉપર મુકી દઇને ચારે પાસથી બહુ બારીકાઇથી તમો તપાસ કરો તો તમારી ખાત્રી થવી જ જોઈએ કે તમો સ્ત્રીજાતિને જે જે ખાસ રોગો થાય છે તે કાંતો તમારા પોતાના અજ્ઞાનમાંથી અને અનાચારમાંથી થયેલા હોય છે, અથવા તો તમારાં માતપિતાઓના અજ્ઞાનથી અને તેમના અત્યાચારથી તમને તે વારસામાં મળેલા હોય છે.

૧. ઋતુની પ્રાપ્તિ જ ન થવી:—જુદા જુદા દેશમાં, જુદી જુદી

હવામાં અને જુદા જુદા સમાજમાં ઉછરનારી છોડીઓને માટે ઋતુ પ્રાપ્તિની વય પણ જુદી જુદી હોય છે. તોપણ સરાસરી વય ૧૪ થી ૧૬ વર્ષની ગણાય. ઠંડા મૂલકોમાં ઋતુ પ્રાપ્તિ મોટી ઉમરે થાય છે, એટલે ૧૬ થી ૧૮ વર્ષની વયે થાય છે. આપણા ગરમ દેશમાં ૧૪ થી ૧૫ વર્ષની વયમાં પ્રથમ ઋતુ આવે છે, અને કોઈ નબળા બાંધાની છોડીને ક્વચિત ૧૨–૧૩ વર્ષની વયે પણ ઋતુ આવે છે. જુવાન છોડી નિરોગી તથા સશક્ત હોય તો તેને ઋતુ એકાદ વર્ષ મોડું આવે, એ સ્વાભાવિક છે. માટે તેને માટે ચિંતા કે ઉતાવળ કરવી નહિ. ઋતુની વય પસાર થઇ જાય છતાં ઋતુ ન આવે ત્યારે ઘણા લોકો ઋતુ લાવવા કૃત્રિમ ઉપાયો કરવા મંડી જાય છે. પણ તેમ કરવાની ઉતાવળ કરવી, એ સલાહકારક નથી. ઋતુની ઉમર થઇ ગયા છતાં ઋતુ ન દેખાય તોપણ કૃત્રિમ ઉપાયો માટે દોડાદોડી કરવી નહિ. તેને સારો ખોરાક આપવો. ખાવામાં સાદું અન્ન, પીવામાં સારું પાણી, ખુલ્લી હવા, આ ત્રણ વાતનો બંદોબસ્ત કરવો. કોઈ કોઈ સ્ત્રીને ઉમરે આવ્યા છતાં જન્મથી જ ગર્ભાશય હોય નહિ, અથવા ખામીવાળું હોય, અંડાશય હોય નહિ, તેમજ છાતી પણ પરિપક્વ હોય નહિ, અને આ પ્રમાણે સ્ત્રીજાતિદર્શક અવયવોના અભાવને લીધે ઋતુ પ્રાપ્તિ થાય નહિ, એ વાત જુદી છે; નહિ તો, જો સ્ત્રીના સર્વ અવયવો સંપૂર્ણ અને સારા હોય, અને ઋતુ પ્રાપ્તિની વાર લાગે તો બીલકુલ ચિંતા કરવી નહિ, એટલું જ નહિ, તે તો ઉલટું વધારે સારૂં; કેમકે નિરોગી જુવાન સ્ત્રીઓને પ્રથમ ઋતુ જેમ મોડું પ્રાપ્ત થાય તેમ તેમના શરીરનું સૌંદર્ય અને જુવાની વધારે લાંબી ટકે છે, એમ સમજવું; અને એટલા માટે ઋતુ પ્રાપ્તિમાં આવવાને તૈયાર થયેલી જુવાન છોડીઓને નિયમિત સાદો ખોરાક આપવો, મનમાં વિકાર કરે એવાં પુસ્તકો, નાટકો અને તમાસાથી તેમને દૂર રાખવી અને ખુલ્લી હવામાં ફરવા દેવી.

શરીરમાં ક્ષીણતા હોય, લોહી વધતું ન હોય, અથવા બીજી

કાંઇ ખામીને લીધે ઋતુ પ્રાપ્ત ન થતું હોય, તો તે વખતે સ્ત્રીમાં જે લક્ષણો માલમ પડે તે આ પ્રમાણે છેઃ—દરેક મહીને દસ્તાન થવાને સ્ત્રીના મનમાં સંશય થાય છે, શરીર ઉપર ફુલ્લીજારી છુટે છે, થાપામાં દરદ થાય છે, પડખા દુઃખે છે, અને ગર્ભાશય છેક જડ થવા જેવું લાગે છે. વળી માથું ફરે, કપાળમાં દુઃખે, પડખા, પેટ તથા બસ્તીમાં શૂળ લાગે, તથા શરીરના સર્વ અવયવો ઢીલા પડીને શરીર અશક્ત થઈ જાય. સામાન્ય રીતે આવાં ચિન્હો માલમ પડે છે.

ઉપાય—આહાર, વિહાર, અને વ્યાયામ (કસરત) સંબંધી સર્વ નિયમો પ્રકરણ ચૌદમામાં આપ્યા છે તે સર્વ નિયમોનું બરાબર પાલન કરીને સાદાઇથી તથા પવિત્રતાથી વર્ત્તવું, એ જ મુખ્ય ઉપાય છે. આ નિયમો પ્રમાણે વર્ત્તવાથી શરીરની ક્ષીણતા તથા મંદતા દૂર થશે, પ્રકૃતિ સુધરશે અને સર્વ અવયવો તન્દુરસ્ત બનશે, એટલે ઋતુનો સ્વાભાવિક પ્રવાહ ચાલતો થશે. ખોરાકમાં ફળ, સાદાં શાક-તરકાદી, સાદું સાત્વિક અન્ન, પીવા માટે શુદ્ધ તાજું પાણી, સ્વચ્છ હવા, સાદો અને સ્વચ્છ પોશાક, ગરમ પાણીથી સ્નાન, ખાંધ કે કમર સુધી અવશ્ય કરીને ગરમ પાણીથી શરીર તથા પેડુ સારી રીતે ચોળીને કરેલું સ્નાન, પ્રકાશવાળી તથા હવાવાળી જગામાં નિવાસ, શાંત સ્થળમાં નિદ્રા, સ્વચ્છ ખુલ્લી હવામાં ઉતાવળે ચાલીને ફરવું અથવા ઘર કામકાજમાં શરીરને સારી રીતે કસરત મળે એવું કામ કરવું, કેમકે કુવામાંથી પાણી કાઢવું, કપડાં ધોવાં, દળવું, વગેરે; અને રોજ સુવા પહેલાં પેસાબ દ્વારમાં ઠંડા પાણીની પીચકારી મારવી; આટલા ઉપાયો બસ છે. આ સિવાય દવા દારૂના કૃત્રિમ અથવા કુદરત વિરૂદ્ધ ઉપાયો કરવા નહિ. કેટલીક સ્ત્રીઓ ઋતુપ્રાપ્તિ માટે ગરમ ઉપાયો કરે છે, પણ તેથી ફાયદાને બદલે ગેરફાયદો થાય છે.

૨. રક્ત પ્રતિબંધ—કોઇ કોઇ જુવાન સ્ત્રીને ઋતુ એટલે દસ્તાનનો સ્વાભાવિક પ્રવાહ ચાલતો થયો હોય છે, પણ ગર્ભાશયનું મોં બંધ હોવાને લીધે અથવા યોનિમુખ અગર કમળાના રસ્તાની

બાજુઓ ચોંટી જવાને લીધે રસ્તો બંધ થયેલો હોવાથી તે દસ્તાન બહાર પડી શકતું નથી. આવું બને છે ત્યારે પણ બસ્તિ એટલે પેડુ જડ બને છે અને કમર તથા પીઠના થાપામાં જડતા આવીને નબળાઇ લાગે છે; આવા ઋતુના અટકાવમાં શસ્ત્રક્રિયાની જ જરૂર પડે છે. વખતે ઇન્દ્રવરણાનું મૂળ છોલી સુંવાળું કરીને પ્રસવદ્વારમાં કેટલાક દિવસ સુધી મુકવાથી બારીક પડદો તુટીને રસ્તો ખુલ્લો થઇ જાય છે. હુંશિયાર દાયણ પાસે આ સંબંધી તપાસ કરાવીને તેનો યોગ્ય ઉપાય કરવો. વગર સમજ્યે અથવા ખરી સ્થિતિ જાણ્યા વિના અનાડી અને કૃત્રિમ ઉપાયો કરવા નહિ.

૩. **ઋતુનો એકાએક અટકાવ**—દસ્તાન ચાલુ થયા પછી વખતે કેટલાક કારણોથી તે અટકી જાય છે. એકાએક શરીર ઠંડુ પડવું, અશક્તી, માનસિક ચિંતા કે મગજની વ્યથાથી લાગેલ ધક્કો, ગર્ભાશયના કે અંડાશયના દાહથી (વરમથી), કે અતિ વિષયસેવનથી, અને અતિ ક્ષીણતા આવી જવાથી સ્ત્રીનું આર્ત્તવ બંધ થઇ જાય છે. આવું બંધ પડવું વખતે ક્રમેક્રમે થાય છે, અને વખતે એકદમ પણ થાય છે. તેનાં લક્ષણો કોઇ વખતે જોર સાથે સખ્ત માલમ પડે છે અને કોઇ વાર તે લક્ષણો બહુ નરમ હોવાથી વખત માલમ પણ પડતાં નથી. આ અટકાવ અકસ્માત્ જબરો ધક્કો લાગવાથી થાય છે અથવા અતિ અશક્તિથી થાય છે, અથવા પ્રાચનક્રિયાના અવયવો, ફેફસાં, વગેરે મર્મસ્થાનોના રોગથી પણ થાય છે. ઉપાય— ઋતુપ્રાપ્તિ નહિ હોવાથી તે ચાલુ કરવા માટે ઉપર ૧ લા નંબરના ઋતુદોષમાં જે ઉપાયો બતાવ્યા છે, તે જ ઉપાયો કરવા. દરદીની સામાન્ય શક્તી તથા તન્દુરસ્તી સુધારવા પુરતું લક્ષ આપવાથી આ ઋતુવિકાર આપોઆપ દુર થશે. કમર સુધી રોજ ગરમ પાણીથી સ્નાન જરૂર કરવું.

૪. **અનિયમિત રજોદર્શન**—કેટલીક વાર દસ્તાન એકદમ અટકતું નથી, પણ અનિયમિતપણે આવે છે. કોઇ વાર જોઇએ તેથી

વધારે રક્તસ્રાવ થાય છે; તેમજ વળી કોઇ વાર જોઇએ તેથી ટુંકી ટુંકી મુદ્દતે અથવા જોઇએ તેથી લાંબી લાંબી મુદ્દતે દિવસો ચડી જઇને પછી અટકાવ આવે છે. શરીરની સાધારણ તન્દુરસ્તીમાં કાંઇ બીગાડ થવાથી જ આવું બને છે. ઉપાય—ઉપર લખેલ પહેલા તથા બીજા નંબરના ઋતુદોષના ઉપાયો કરવા.

૫. **પીડા સાથે રજોદર્શન**—દસ્તાનના ચાર દિવસોમાં અથવા સુવાવડના દિવસોમાં એકાએક ઠંડી કે શરદી લાગવાથી અતિ વિષયથી કે અતિ ક્ષીણતા થવાથી આ ઋતુદોષ લાગુ પડે છે. તેનાં લક્ષણો:—પેડુમાં ઓછા વધતા ઠણુકા લાગવા, બસ્તીનો પાછલો પીઠનો ભાગ દુઃખે, સ્તન સુજી આવે, માથું દુઃખે, વગેરે ગર્ભાશયમાં લોહીના ગાંઠા બાઝે છે, અને કદિ કદિ આંતરડાંની ત્વચા જેવી આખી ત્વચા અથવા તેના ટુકડે ટુકડા બનીને બહાર પડે છે. તે લોહીના ગાંઠા એટલી બધી પીડા સાથે તથા એટલા બધા વેગ સાથે બહાર પડે છે કે તે વખતે પ્રસવ જેવી પીડા થાય છે; આવી પ્રસવ પીડા જેવી વેદના થાય છે અને માંસના લોચા બહાર પડે છે તેથી ગર્ભપાત થયાની શંકા થાય છે, અને ઘણીક સ્ત્રીઓ ખાત્રીથી માને છે કે ગર્ભપાત થયો.

ગર્ભધારણ માટે સ્વાભાવિક રીતે સ્ત્રીઓ ઘણી આતુર હોય છે, અને એવી આતુરતામાં દસ્તાન બંધ થાય છે એટલે તેઓ માની બેસે છે કે ગર્ભ રહ્યો, અને પછી પીડા થઇને લોહીના ગાંઠા નીકળે છે, તે દેખીને એમ માને છે કે ગર્ભ નીકળી ગયો. પણ ઘણીક સ્ત્રીઓના સંબંધમાં આ ભ્રાંતિ જ હોય છે, અને તે ગર્ભસ્રાવ નથી, પણ ચડી ગયેલ દસ્તાનના લોહીના ગંઠાઇ ગયેલા લોચા જ બહાર પડે છે. દરદ સાથે દસ્તાન આવે છે ત્યારે તેની પીડા ત્રણ ચાર દિવસ ચાલે છે. એ ચાર દિવસોમા સ્ત્રીમાં ચાલવાની કે ઉભું રહેવાની શક્તિ પણ હોતી નથી. ગર્ભાશય સંકોચ પામીને અંદર પુરાયેલા લોહી તથા અંદરની ત્વચા બહાર પડે છે ત્યારે કેટલીક સ્ત્રીઓ

પથારી છોડી શકતી નથી. ઉપાય—આ વિકારને નિર્મૂળ કરવાનો ઉપાય એ દસ્તાનની વચ્ચેની મુદ્દતના દિવસોમાં કરવો યોગ છે. પ્રથમ કોઠો–પાચનક્રિયાનાં સ્થાન—સુધારવાં અને યોગ્ય નિયમિત આહારથી કોઠો સાફ રાખવો, અને કદિ બંધકોશ પડે તો ઠંડા પાણીથી બસ્તિ લઇને ખુલાસો કરવો. પ્રસવદ્વારમાં ગરમ પાણીથી પીચકારી મારવી અને કમર પર્યંત ગરમ પાણીથી સ્નાન કરવું. આવી રીતે રોજ નિયમિત ઉપચાર કરવાથી શરીરની સામાન્ય તન્દુરસ્તી સુધરશે અને અશક્તિ દૂર થશે. આવી તજવીજ રાખવાથી બીજી વખત છેટે બેસવા વખતે પ્રથમના જેવી પીડા થશે નહિ. કાંઇ કસર બાકી રહે તો ફરી પણ કોઠો સાફ રાખવાનો, પ્રસવદ્વારમાં ગરમ પાણીની પીચકારી મારવાનો અને કમર સુધી ગરમ પાણીથી સ્નાન કરવાનો ઉપાય જારી રાખવો. પીડા સાથે ત્રણ ચાર દિવસ આર્ત્તવ આવે ત્યારે તે દિવસોમાં પીડા ઓછી કરવા માટે કમર સુધી ઉકળતા પાણીથી સ્નાન કરવું અથવા પેડુ તથા પીઠ ઉપર ગરમ પાણીની બાફ આપવી. આવો નિર્ભય અને ઘરગતુ ઉપચાર કરવાથી અને સાદો ખોરાક અને સાદું વર્ત્તન રાખવાથી અતિ પીડાવાળું આ દરદ જરૂર નાબુદ થાય છે. આવા સાદા અને સીધા ઉપચારો કરવાને બદલે સ્ત્રીઓના પેટમાં ગરમ દવાઓના રગડાઓ રેડવાથી ખરો સુધારો કાંઇ પણ થતો નથી અને સ્ત્રીઓનું શરીર ઉલટું વધારે ગુંચવાડામાં આવી પડે છે.

૬. **અતિશય આર્ત્તવ**—નિરોગી સ્ત્રીને દસ્તાન ત્રણ દિવસ દેખાય છે અને તે લોહીનો રંગ ફીકો હોય છે; વળી રોજ પાંચ તોલાથી વધુ દસ્તાન પડતું નથી. દસ્તાનના માપનું આ પ્રમાણ સર્વેને માટે સરખું હોતું નથી અને તેથી કોઇ સ્ત્રીને રોજ પાંચ તોલાથી વધુ દસ્તાન પડે તે ઉપરથી તેને "અતિ આર્ત્તવ" દોષ માનવો, એ પણ વાજબી નથી. જો તે સ્ત્રીના શરીરમાં બીજો કાંઇ રોગ હોય અથવા તે રોગની કાંઇ ક્ષીણતા કે અશક્તિ આવેલી હોય અને તેવા

વખતમાં વધુ દસ્તાન પડે તો તેને "અતિ આર્ત્તવ" માનીને તેનો ઉપાય કરવો. પણ સશક્ત, તન્દુરસ્ત, અને લોહીયાળ એવી કોઇ સ્ત્રીને રોજ પાંચ તોલાથી વધુ દસ્તાન જાય તો તેમાં કાંઇ ચિંતાનું કારણ નથી. વળી નિરોગી સ્ત્રીને જે દસ્તાન પડે છે તેમાં ગાંઠા બાઝતા નથી; માટે વધુ લોહી સાથે જો આર્ત્તવમાં ગાંઠા માલમ પડે તો "અતિ આર્ત્તવ" નો કાંઇ વિકાર છે એમ સમજીને ઉપાય કરવો. ઉપરાઉપર પ્રસવ, અતિ વિષયસેવન, દુર્બળ આળસુ અને નબળી કરી નાંખે એવી કુટેવો કે વ્યસનો, મનનો વિકાર, અતિશ્રમ, ઇત્યાદિ આ ઋતુદોષનાં કારણો છે. આ સર્વમાં સૌથી મોટું અને દુઃખદાયક કારણ સ્ત્રી ઉપર તેના પ્રાણાધારે માનેલી માલકીનો હક્ક છે! પુરૂષોએ માનેલો આ હક્ક સ્ત્રીઓના આત્માનો નાશ કરે છે, એટલું જ નહિ, પણ કેટલીક વાર તે હક્ક સ્ત્રીઓના ખુનો કરી નાખે છે, કે જે ખુનને માટે કાંઇ તપાસ, પંચનામું કે પોલીસ ચોકસી, એમાંનું કાંઇ થતું નથી. સ્ત્રીઓના શરીરનો ઇચ્છામાં આવે એટલીવાર કબજો લેવો, એ જ હાલના પુરૂષોનો માલકી હક્ક છે! ઘણી વાર સ્ત્રીઓને આવો "અતિ આર્ત્તવ" દોષ પુરૂષોના અતિ વિષયાસક્તપણામાંથી જ ઉત્પન્ન થાય છે. ગમે તે કારણથી પણ સ્ત્રીને આ રોગ થાય ત્યારે તે રોગ સંપૂર્ણપણે સારો થઇને સ્ત્રી નિરોગી તથા સશક્ત થાય ત્યાર પછી જ સ્ત્રી પાસે પુરૂષે પોતાનો આ પશુવૃત્તિનો હક્ક માગવો! આવું દરદ થાય ત્યારે સ્ત્રીએ પુરૂષનો સ્પર્શ પણ કરવો નહિ. જે પુરૂષો પોતાની આવા રોગથી પીડાતી સ્ત્રીઓને પશુવૃત્તિમાંથી મુક્ત રાખે નહિ તેઓએ પોતાની સ્ત્રીને અકાળ મૃત્યુની માળા પહેરાવવાને તૈયાર રહેવું! ઉપાય—પુરૂષ સંબંધથી દૂર રહેવા ઉપરાંત આ રોગનો ઉપચાર નીચે પ્રમાણે કરવોઃ—લોહીનો પ્રવાહ ચાલુ રહે ત્યાં સુધી સ્ત્રીને હાલવા ચાલવા દેવી નહિ. તેને શેતરંજી અગર સાદડી ઉપર સ્વસ્થપણે સુવા દેવી. પ્રવાહનું જોર બંધ પડે ત્યાં સુધી તેને ત્યાં જ પડી રહેવા દેવી. પ્રવાહ બંધ ન પડે તો પેટ તથા પેડુ

ઉપર ઠંડા પાણીમાં બોળીને નીચોવેલ ભીનું કપડું ઘડી વાળીને મુકવું અને તે સુકાવા માંડે એટલે બદલીને બીજું ભીનું કપડું મુકવું. તેમજ યોનિમુખમાં ઠંડા પાણીની પીચકારી ઘણી વાર મારવી, જેથી ઘણુંખરેા પ્રવાહ બંધ પડી જશે. પીવાને પણ ખુબ ઠંડું પાણી જ આપવું; ખોરાક સાદો આપવો. તે બીલકુલ ગરમ નહિ હોવો જોઇએ. રક્તપ્રવાહ બંધ થયા પછી પણ કેટલાક દિવસ સુધી તેને સાદો અને સારો પોષણકારક ખોરાક આપવો. તેને સારી હવામાં રાખવી, બહુ શ્રમનું કામ કરાવવું નહિ, અને સંપૂર્ણ શક્તિ આવતાં સુધી બ્રહ્મચર્ય પળાવવું.

કેટલીક વાર કોઈ કોઇ સ્ત્રીને આર્ત્તવનો પ્રવાહ ગર્ભાશયમાંથી નીકળવાને બદલે તેની અવેજીમાં નાકદ્વારા, ફેફસાંદ્વારા, આંતરડાંદ્વારા, બસ્તિદ્વારા, સ્તનમાંથી, અથવા મૂત્રાશયમાંથી, એમાંના કોઈ પણ ભાગમાંથી નિયમિત રીતે વહે છે. ગર્ભાશયમાંથી નીકળવાનો આ પ્રવાહ કાંઇ કારણથી ત્યાંથી બંધ પડીને શરીરના કોઈ પણ બીજા દ્વારમાંથી બહાર પડે છે, એમ જોવામાં આવેલ છે. આવા વિકારમાં બીજા તથા ત્રીજા નંબરના આર્ત્તવદોષના ઉપાયો કરવા.

સ્ત્રીજાતિને ૪૫ થી ૫૦ વર્ષની ઉમરે દસ્તાન આવતું સ્વાભાવિક રીતે બંધ પડે છે, અને પછી તે ફરી દેખાતું નથી અને પછી ગર્ભ રહેવાનો પણ સંભવ નથી, જુવાનીમાં પ્રથમ ઋતુપ્રાપ્તિ થવી એ જેમ બાલ્યાવસ્થામાં ઓળંગીને જુવાનીમાં આવવાનું ચિન્હ છે, તેમ ઋતુ બંધ પડવું એ જુવાની ઓળગીને વૃદ્ધાવસ્થાનો આરંભ થયાનું લક્ષણ છે. આ વખતે જો સ્ત્રી પ્રથમથી જ અશક્ત અને રોગી હોય છે તો તેને રોગનાં જુદાં જુદાં લક્ષણો હોય છે. આ અવસ્થામાં ઉપજતા વિકારો શરીરને બાધ ન કરે એટલા માટે આરોગ્ય સાચવવા સંબંધી સર્વ નિયમો પાળવા જોઇએ; જેથી સ્ત્રી સશક્ત ખડેલા સરખી રહીને દસ્તાન બંધ થતી વેળાએ તેના શરીરમાં કોઇ પણ રોગ રહેવાનો સંભવ નથી.

પાંડુતા–ફીકાસ—ઘણીક સ્ત્રીઓને રક્ત જવાથી શરીર
ળ અને ફીકું પડી જાય છે. આ રેાગ ગર્ભાશયનેા ખાસ રેાગ
નથી; પણ જે આર્ત્તવ દેાષેાનું પ્રથમ વર્ણન કર્યું તેમાંના કેાઈ
દેાષ સાથે તેનેા સંબંધ હેાય છે. કારણ—શ્રીમંત ઘરની સ્ત્રી-
ને સુખચેન અને આળસમાંથી અને ગરીબ ઘરની સ્ત્રીઓને અતિ
નતથી, અન્નપાનના કમીપણાથી, ખરાબ અન્નપાનથી કે ગંધાતી
ી હવાથી, વગેરે કારણેાથી આ રેાગ થાય છે. મુખ્ય કરીને, વિષય-
ના અતિયેાગથી પ્રાપ્ત થયેલ ક્ષીણતા, માનસિક વ્યભિચાર; બંધ-
 કરનારાં અન્ન, પેટંટ દવાઓ, ખરાબ હવા, આળસ, ચા કૅાફીનાં
મ પીણાં, મદ્ય તથા માંસાહાર, એ સર્વ કારણેાથી સાધારણતઃ
આરેાગ્યને ધક્કેા પહેાંચે છે, અને શરીરમાં ક્ષીણતા તથા મંદપ-
આવે છે તથા વિશેષ કરીને પાચનશક્તિ નાશ પામે છે, અ-
નિયમિત રીતે રજોદર્શન થવાને શરીરમાં જોઈએ એટલી શક્તિ,
કે બળ રહેતું નથી; અને તેથી આ રેાગ થાય છે. આવા રેા-
ગી સ્ત્રીનેા સ્વભાવ ચીડીઓ, ચિંતાતુર તથા ઉદાસ બને છે. તે-
ને ભયંકર સ્વપ્નાં આવે છે, કાનમાં અવાજ થાય છે, આંખે અં-
ં આવે છે, આખા શરીરે કંપ છુટે છે, અને મેાં કપાળ વગેરે
ાક અવયવેામાં નાના સણકા ઉપડે છે. કેાડાને તથા જીભને અન્ન
તું નથી; અથવા કદિ કદિ માટી, ખડી, ઈંટાળા, રાખ વગેરે ખ-
પદાર્થો ખાવાની ઈચ્છા થાય છે. કેાઠેા બંધકેાશવાળેા પડીને ઝા-
કબજ થાય છે, અથવા આંતરડાં બહુ જ ઢીલાં પડીને ઝાડેા
થાય છે. મૂત્રનેા રંગ ફીકેા પડીને પેસાબ ઘણેા થેાડેા ઉતરે છે.
ઉપર ચેથર આવીને ચહેરાનેા ભાગ ફુગી આવે છે. આળસ,
 તથા દુઃખનાં ચિન્હેા આંખમાંથી જણાઈ આવે છે, હેાઠ ફીકા
નિસ્તેજ થાય છે, અને ચામડી ઠંડી પડે છે; વિશેષ કરીને હાથ
ઠંડા રહે છે. **ઉપાય**—ક્ષીણતાને દૂર કરે અને શક્તિ વધારે
ઉપાયની જરૂર છે. રેાગીને શુદ્ધ હવા મળવી જોઈએ. ખુલ્લી

હવામાં રાખી તેનાથી બની શકે એટલી તેને ફરવા હરવાની કસરત આપવી. ખોરાકમાં પાકાં મીઠાં ફળ, શાકભાજી, અને સાદી ભાખરી, એવો આહાર આપવો. શુદ્ધ પાણી સિવાય બીજું કોઇ પણ પીણું આપવું નહિ. જે અન્ન માફક ન આવે તે બંધ કરવું. પોશાક સ્વચ્છ, સાદો અને ઢીલો રાખવો; સર્વ અંગોને ચોળીને ગરમ પાણીથી સ્નાન કરાવવું અને સ્નાન કરાવીને તરત જ શરીર કોરૂં કરાવી કપડાં પહેરાવવાં; એક ગણ દિવસ સ્નાન વિના કાઢવો નહિ; મનરંજન થાય એવી વાતો કરવી, અને બેચેની કે ઉદાસીનતા થાય એવા પદાર્થો, એવી વાતો, કે કલ્પનાઓ તેની નજર આગળ લાવવી જ નહિ; પેટંટ દવાઓ, અજાણી વનસ્પતિ, અને પ્રવાહી પીણાંઓનો છેક જ ત્યાગ કરાવવો.

ગર્ભાશયનો વરમ—સ્ત્રીઓને ગર્ભાશયમાં તેમજ અંડાશયમાં દાહ એટલે વરમ થાય છે. પરણેલી સ્ત્રીઓને આ વિકારનો એક સાધારણ રોગ થઇ પડયો છે. ધક્કામૂકી, આઘાત, અધરથી ભોંયે પડી જવામાંથી કે બહુ મહેનતમાંથી આ રોગ થાય છે. ટાઢ વાઇને તાવ આવવો, ગર્ભાશયમાં દાહ ઉઠીને બેચેની થવી, પીઠમાં શૂળો આવીને નીચે સાથળ સુધી સણકા આવવા, એ સર્વ તેનાં લક્ષણો છે. યોનિ ઉપર વધારે દબાણ પડવાથી તથા ખાંસીખાંસીને ઉધરસ લેવાથી આ દરદમાં તીવ્ર વેદના થાય છે. આ રોગ કદિ એક વખતને માટે તીવ્ર સ્થિતિમાં માલમ પડે છે, પણ વિશેષ કરીને તો તે કાયમનો રોગ થઇ રહે છે. આ બીજી સ્થિતિમાં આ રોગ દગાખોર દેખાય છે, કેમકે તેની ઉત્પત્તિ થયા પછી ઘણા સમય સુધી તે રોગ સમજવામાં આવતો નથી. તેનાં સ્થાનિક ચિન્હો સ્પષ્ટ થાય છે કે પ્રથમ પેટના નીચેના ભાગમાંથી હલકું શૂળ ઉત્પન્ન થાય છે; ગર્ભાશય નીચે લચકતું હોય એવો ભાસ થાય છે, ગ્લાનિ આવે છે; કોઇ કોઇવાર ધોળો પ્રવાહી મળ બહાર પડે છે, અને અંદર એકાદ ક્ષત (જખમ) પડેલ હોય છે તો તે પ્રવાહી મળમાં લોહી મળેલું હોય

છે. આરંભમાં સાધારણ રીતે જાણવામાં આવી શકે એવું મુખ્ય લક્ષણ એ છે કે, પુરૂષ સંબંધ વખતે આ ભાગમાંથી સણકા નીકળે છે; એ જ પ્રમાણે ઝાડો પેસાબ કરતી વખતે પણ ઘણી વાર સણકા આવે છે. **ઉપાય**—તીવ્ર દાહમાં–તાવ હોય તો ઠંડા પાણીમાં લુગડાંની ચીંદરી ભીંજવીને આ ભાગમાં વારંવાર રાખવી; ઠંડા પાણીવડે કમર સુધીનો સર્વ ભાગ ધોવો, પેડુ તથા પેટ ઉપર ઠંડા પાણીનાં ભીનાં પોતાં રાખવાં, યોનિમુખમાં ઠંડા પાણીની પીચકારી મારવી અથવા છાલકો મારવી, ઈત્યાદિ. રોગી સ્ત્રીને ઠંડી હવાવાળી ઠંડકની જગામાં રાખવી, અને રોગનું જલદપણું ઓછું થાય ત્યાં સુધી કાંઇ ખોરાક નહિ આપતાં આરામમાં પડી રહેવા દેવાની તજવીજ રાખવી. રોગનું જલદપણું કમી થયા પછી પણ ખાવાને ઇચ્છે તો છેક સારૂં અન્ન આપવું. રોગ કાયમનો લાગુ થયો છે એમ જાણ્યા પછી પણ ઉપર કહેલા ઉપાયો કરવા, પણ અતિ ઠંડુ પાણી નહિ વાપરતાં કોકરવું અથવા સહન થાય એવું ગરમ પાણી સર્વ ઉપચારમાં ઉપયોગમાં લેવું. આ દરદમાં સામાન્ય શક્તિવર્ધક તથા આરોગ્યવર્ધક ઉપાયો કરવા. અંડાશયમાં દાહ થયો હોય છે તો જાંઘોમાંથી તીવ્ર વેદના તથા આગ થાય છે અને એક અગર બે બાજુમાં સોજો આવે છે. બીજા કોઈ પણ દાહના જેવો ઉપચાર કરવો, એટલે કે ભીનું કપડું મુકવું, વારંવાર કમર સુધીનો ભાગ ચોળીને ધોવો, સાદા પાણીની પીચકારીથી કોઠો સાફ કરવો, ઉંઘ તથા વિશ્રાંતિ આપવી, અને સાદો થોડો આહાર, એટલી તજવીજ રાખવી.

ગર્ભાશયનું વ્રણ—ગર્ભાશયના દાહમાંથી વ્રણ પડે છે. મૈથુનના અતિયોગથી કમળમુખનો અતિ દાહ થઇને તે ભાગ છેવટ ફાટીને વ્રણ (જખમ) પડે છે. વેશ્યાઓને બહુધા આ રોગ હોય છે. ખરાબ આદતો, વ્યસનો, તથા વારંવાર ઝાડાનો અટકાવ થાય એવો આહાર, તેથી આ રોગ થાય છે. પ્રથમ થોડી રસી આવવા લાગે છે, પણ કાંઇ સમય ગયા પછી દરેક દસ્તાનની પાળી આવી ગયા

પછી ધોળા પ્રદર જેવો પ્રવાહ ચાલે છે અને પ્રમાણ વધે છે. ઉપાય—ગર્ભાશય દાહ પ્રમાણે તન્દુરસ્તી વધે એવી તજવીજ કરવી અને સ્થાનિક વ્રણને સુધારવા માટે વારંવાર એટલે રોજ ૧૦–૧૫ વખત યોનિમુખમાં ઠંડા પાણીની પીચકારી મારવી. પ્રકરણ ચૌદમામાં લખ્યા પ્રમાણે આહારવિહારના નિયમો સખ્ત રીતે પળાવીને પુરૂષ સમાગમ કે પુરૂષનો સ્પર્શ સરખો પણ બંધ કરાવવાથી, જલ્દી સુધારો થશે. જલદ અને બાળનારા (કૉસ્ટીક) કાંઇ પણ ઉપાયો કરવા નહિ.

ગર્ભાશયની ગ્રંથી—ગર્ભાશયની આસપાસની બાજુમાં અને કદિ કદિ કમળના મોંમાં વટાણાથી માંડીને નાના નારીયેળ જેવડી ગ્રંથી થાય છે. બાજુની ગ્રંથી બહુ ત્રાસદાયક હોતી નથી, પણ કમળના મોંમાં થનારી ગાંઠ મોટી થવા લાગ્યા પછી જાણે અંદરથી કાંઈ બહાર નીકળવાને ધકેલાય છે એવો દરદીને ભાસ થાય છે. અને પ્રસવ વખતે જેવી વેદના થાય છે એવી વેદના થાય છે. ઝાડો પેસાબ થતી વેળાએ સણકા લાગે છે અને કદિ કદિ લોહી વહેવા લાગે છે. શક્તિ ક્ષીણ થઇને શરીર ફીકું પડે છે, અને હૃદય મોટા ધબકારા સાથે ચાલવા લાગે છે. આ ગાંઠ વધ્યા પછી હુશિયાર શસ્ત્રવૈદ પાસે કાપી કઢાવ્યા વિના તેનો બીજો સરલ ઉપાય નથી.

ગર્ભાશય વિદ્રધિ—ગર્ભાશયની મધ્યમાં ફોડ થાય છે, તેને ગર્ભાશય વિદ્રધિ કહે છે. આ રોગ ઘણો ભયંકર છે અને તે ઘણે ભાગે પ્રૈાઢ એટલે મોટી ઉમરની સ્ત્રીઓને થાય છે. કોઇ વાર આ રોગ પેઢી ઉતાર પણ માલમ પડયો છે. કાંઈ અસર વારસાની હોય છે તે સાથે ગર્ભાશયને તપાવે એવા કારણ મળતાં જ આ રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. પહેલી સ્થિતિમાં તેમાં કઠણપણું અને જડપણું માલમ પડે છે, પણ પછી તેમાં જયાં ત્યાં વ્રણ (છિદ્રો) પડી જાય છે. અને તેથી તેમાં ભોંકયા જેવી કે બાળ્યા જેવી તીવ્ર અસહ્ય વેદના ચાલુ થાય છે. આ સ્થિતિમાં ઓછો વધતો રક્તપ્રવાહ પણ ચાલુ

રહે છે. તે રક્તપ્રવાહ પાતળો, લીલો, કાળો, વાસવાળો, પીળો અથવા ધોળા રંગનો હોઇને તેનો વાસ ઘણો ઉગ્ર હોય છે. શરીરનો વર્ણ પીળચટો પડી જઇ અંગમાં બારીક ગુપ્ત તાવ રહે છે. દિવસે દિવસે દરદીની શક્તિ કમી પડે છે, ભુખ નાશ પામે છે, અને સાધારણ રીતે સર્વ ઇન્દ્રિયો પોતાનું કામ કરવામાં અશક્ત બને છે.

ઉપાય—આ દરદ ઘણું ભયંકર હોઇને તેનો માત્ર એક જ શક્ય ઉપાય છે. તે એ કે, આરોગ્યશાસ્ત્ર પ્રમાણે સખ્ત પથ્ય (પરહેજી) પાળવું; એટલે લગભગ ઉપવાસ પ્રમાણે છેક થોડો આહાર રાખવો અને શરીરમાં આળસ તથા શિથિલપણું ન આવે તે માટે વખતો વખત સ્નાન કરીને શરીર સ્વચ્છ રાખવું; સારી રીતે ખુલ્લી હવા મળે એવી જગામાં વસવું, શક્તિ પ્રમાણે ખુલ્લી હવામાં ફરવું; આવી રીતે તજવીજ રાખવાથી પહેલી સ્થિતિમાં આ રોગ હઠી શકે છે.

ગર્ભાશય ભ્રંશ—કમળ ફરી જાય છે, તેને ગર્ભાશય ભ્રંશ કહે છે. આ કોઇ ગર્ભસ્થાનનો સ્થાનિક રોગ નથી; અથવા ગર્ભાશયનાં બીજાં દરદોમાંથી થનારો આ રોગ નથી. ઘણું કરીને ઉચ્ચ વર્ગના કહેવાતા સુધરેલા સમાજની સ્ત્રીઓને આ રોગ થાય છે, કેમકે તેઓ બહુધા પોતાનો સાદો ખોરાક, અને સાદો આહારવિહાર અને સાદું વર્તનક્રમ છોડીને વિપરીત રીતે વર્તન કરે છે અને તેથી આ રોગ થાય છે. આવું વિરૂદ્ધ વર્તન છોડીને સાદાઇથી વર્તવાથી તે રોગ દૂર થઇ કમળ પાછું ઠેકાણે આવે છે. જલદી આરામ થાય એવી ઇચ્છાથી ગરમ ઉપચારો કરવામાં આવે છે, તે ભૂલ છે. ગરમ ઉપચારો બીલકુલ છોડી દેવા, તેમજ કમર ઉપર તંગ કપડાં નહિ પહેરતાં ઢીલાં પહેરવાં. નીચેનો ભાગ વખતો વખત ચોળી ઘસીને ઉના પાણીથી ધોવો, નિયમિત રીતે ન્હાવું, પેટની શિરાઓ ચોળીને હલકી કરવી, પ્રસવમાર્ગના મુખમાં ઠંડા પાણીના પીચકારી મારવી, માફકસર માપીને સાદો ખોરાક ખાવો અને કોઇ પણ માદક, ઉત્તેજક, કે મળનો અવરોધ કરનારો ખોરાક ખાવો નહિ. આરોગ્યવર્ધક સાદો ખોરાક અને સાદું વર્તન રાખવાથી આ પીડા દૂર થાય છે.

પ્રદર—સ્ત્રીઓને પ્રસવમાર્ગમાંથી અથવા ગર્ભાશયમાંથી ધોળું અથવા પીળચટું પાણી પડે છે, તેને પ્રદર કહે છે. આ દરદ સ્ત્રીઓમાં ઘણુંજ સાધારણ પ્રસરેલું છે. આ સ્રાવની સાથે એ ભાગનો દાહ થાય છે. ઉદ્યોગ વિના બેસી રહેવું, કલ્પિત નવલકથાનાં અને અદ્ભુત વાર્તાઓનાં પુસ્તકો વાંચવા, છેક નાનપણના વિવાહથી અપક્વ ઉમરમાં સંસારમાં પડવું, એક ઠેકાણે બેસીને કામ કર્યા કરવું, મૈથુનનો અતિ યોગ, વારંવાર પ્રસવ, વારંવાર ગર્ભસ્રાવ, માદક, ઉત્તેજક તથા મળાવરોધ કરનાર ખાનપાન, હવા વિનાના ભેજવાળા ઘરમાં વસવું, માનસિક ચિંતા, ઇત્યાદિ કારણોમાંથી આ રોગ થાય છે. પ્રથમ શરૂવાતમાં પ્રસવમાર્ગની આસપાસની જગામાં દાહ તથા સોજો થઇ આવીને પીડા, અને બેચેની થાય છે. પ્રદરનો સ્રાવ થાય છે તે આરંભમાં થોડો, પાતળો તથા પીળાસ પડતો ધોળો થાય છે. પણ પછીથી તે પ્રવાહ વધારે પ્રમાણમાં, ઘાટો, વધારે પીળાસ પડતો, અને કવચિત મેલો દેખાય છે. આ સ્થિતિમાં તીવ્ર વેદના બંધ પડીને તથા બેચેની દૂર થઇને રોગનું પરિણામ સ્થાનિક પીડામાંથી એકંદર શારીરિક અશક્તતા ઉપર આવે છે. પ્રદરનો દાહ ઉત્પન્ન કરનાર કારણો ઘણા વખત સુધી ટકીને આ વિકારથી, શરીરની પ્રકૃતિ હળવે હળવે દુર્બળ તથા કૃશ થવા લાગે છે, પરંતુ સ્થાનિક વિકારનાં તીક્ષ્ણ લક્ષણો બંધ પડેલાં હોવાથી, પ્રદરની શાંત સ્થિતિમાં શ્વેત પ્રદરના પ્રવાહથી એક પછી એક એવા અનેક ઉપદ્રવો શરીરમાં દેખાવા લાગે છે. આ રોગ એટલો બધો સામાન્ય રીતે પ્રસરી ગયો છે કે, હાલ સાધારણ શ્વેત સ્રાવને રોગમાં નહિ ગણતાં સ્ત્રીની પ્રકૃતિમાં એ એક સ્વાભાવિક સ્રાવ છે, એમ ઘણીક સ્ત્રીઓની સમજુત થઈ છે.

લક્ષણો તથા ઉપાય—પ્રદર કાયમ ચાલુ રહેવાથી પીઠમાંથી, પેડુમાંથી, અને શરીરના બીજા ઘણાક ભાગમાંથી સણકા આવવા લાગે છે, ભુખ મંદ પડે છે, કોઠામાં જડપણું અને ખટાશ ઉત્પન્ન

થાય છે અને માથામાં વેગ આવે છે. ટુંકામાં અજીર્ણનાં અનેક લક્ષણો માલુમ પડે છે, અને એ લક્ષણોમાં મૂળ પ્રદર રોગને ભૂલી જવાય છે. પ્રદરવાળી સ્ત્રીને ટાઢ ઘણી લાગે છે, વિશેષ કરીને પગ ઠંડા પડે છે અને માથું ગરમ રહે છે; હૃદય ધડકે છે, અને વખતે વખતે મૂર્ચ્છા આવી જાય છે; છાતીમાં દરદ થાય છે, ચહેરો ધોળો પૂણી જેવો થાય છે, આંખોમાં ખાડા પડે છે, અને શોકનું કારણ નહિ છતાં તે રોતી માલુમ પડે છે; તેણીનામાંથી ચપળપણું નાશ પામીને મંદતા આવે છે; સ્વભાવે ઉતાવળી અને ભયભીત બને છે, અને તેનો આનંદ અને ઉત્સાહ નાશ પામે છે. ઉપાય—ગર્ભાશયભ્રંશના ઉપાયો પ્રમાણે ઉપાયો કરવા. આરંભમાં મધ્યમ (બહુ ગરમ નહિ તેમ ઠંડુ પણ નહિ) પાણીની ગર્ભાશયમાં પીચકારી મારવી અને તેના ઉપર દિવસમાં ૫–૬ વાર છેક ઠંડા પાણીની પીચકારી મારવી. એવી જ રીતે દિવસમાં પ્રત્યેક વખતે દશ દશ મીનીટ સુધી ગરમ પાણીથી કટિસ્નાન કરવું અને દરેક સ્નાન પછી અંગ લુછી નાખતાં પીઠ, પેટ, સાથળ, તથા કમળનો પ્રદેશ સુકા વસ્ત્રવડે ઘસી ઘસીને કોરો કરવો. આ ઉપાય ઘણો અસરકારક છે, એમ સમજીને કરવો. આ દરદ ચાલુ હોય અને ઉપચાર ચાલતો હોય ત્યાં સુધી પતિસંબંધ બિલકુલ કરવો નહિ. આવી સ્થિતિમાં સંબંધ કરવાથી પુરૂષોને પણ પરમા જેવો કાંઈ દુષ્ટ વિકાર લાગુ પડવાનો સંભવ છે. પ્રદરનો રોગ શરીરમાં ઘર ન કરે એવી ઇચ્છા હોય તે સ્ત્રીએ બેસી રહેવાની તથા આળસની ટેવ છોડી દેવી અને ખુલ્લી હવામાં વખતો વખત જવાનો નિયમ રાખવો. ગુહ્ય ભાગો ધોવા, સ્નાન કરવું વગેરે પવિત્રપણા ઉપર વિશેષ લક્ષ આપવું, નાટક ચેટક તથા નવલકથાનાં પુસ્તકો વાંચવાં નહિ, જનનેન્દ્રિયોને વિકારી તથા જાગૃત કરે એવાં સ્થળમાં જવાનું બંધ રાખવું, ચાહ઼ાૅફી તથા મદ્ય, એવાં ઉન્માદ કરનારાં પીણાંથી છેટે રહેવું અને એવા જ બીજા ખાવાના પદાર્થોનો પણ ત્યાગ કરવો; શુદ્ધ તથા વ્રતધારી આચરણ રાખવું. પ્રદરરોગ મટાડવો હોય તો આ બધા નિયમો પા-

જાવા જોઇએ, અને નહિ તો ટૉનિક ગોળીઓ ખાધા કરો, પૈસાની ખરાબી કરો, અને સાથે શરીરની પણ પાયમાલી કરો ! ખરી શીખામણ ન માની શકો, અને ખરો રસ્તો ન સમજી શકો તો પછી એ જ હાલ થવાના છે અને થાય છે !

આ સિવાય સ્ત્રીઓને જનનેન્દ્રિયના બહારના ભાગોનો પણ દાહ થાય છે. આ વિકાર પુરૂષોના અશુદ્ધ અને દુષ્ટ વર્ત્તનવાળા ચેપથી સ્ત્રીઓને ચોટે છે. આ વિકારમાં યોનિમુખમાં અતિ દાહ થાય છે, ચામડી બહુ લાલ થાય છે, સોજો આવે છે, અને કમર સુધીનો સર્વ ભાગ દુખે છે. આ દાહ અંદર પ્રસરે છે તો તેથી શ્વેતસ્ત્રાવ પણ થાય છે અને ચારે તરફ અસહ્ય પીડા થાય છે. શરૂવાતની સ્થિતિમાં સારૂં લાગે છે તેથી દરદી હાથવતી ખંજવાળે છે તેથી દરદ ઓછું થવાને બદલે વધે છે અને તેની અંદરના ભાગમાં પણ ચેળ ઉત્પન્ન થઈ તીક્ષ્ણ દાહ થાય છે અને અતિ ચેળ ઉડે છે; તે ચેળ દરદી સહન નહિ કરી શકવાથી તે બહુ જ બેચેન બને છે. આ વિકારમાં કદિ કદિ સ્ત્રીને કૃત્રિમ મૈથુનની ઇચ્છા થાય છે. આવી સ્થિતિમાં તેણીને પુરૂષના સંગમાં કે એકલી રહેવા દેવી એ સલામતી ભરેલું નથી. સંભોગ ઇચ્છા તૃપ્ત કરવા દેવાથી તે ઇચ્છા શાંત પાડવાને બદલે ઉલટી વધે છે અને તેણીની પ્રકૃતિ ઉલટી વધારે બગડે છે; એકલી રહેવા દેવાથી તેણીનો વિચાર એ જ વાતમાં વળગેલો રહેવાથી તેણીના મનની સ્વસ્થતા નાશ પામે છે. માટે તેણીના મન ઉપર અંકુશ રહે એવી રીતે રાખીને તેણીનો યોગ્ય ઉપચાર કરવો. વર્ત્તનક્રમ સુધારીને તેણીએ સાદો ખોરાક લેવો, અને અંદર તેમજ બહારના ભાગમાં પિચકારી તથા સ્થાન વડે, પ્રથમ જણાવ્યા પ્રમાણે, ધોઇ સ્વચ્છતા રાખવાથી આ રોગ શાંત પડે છે.

આવી રીતે સ્ત્રીઓના ખાસ રોગોના ઉપચારો કરવા. રોગી સ્થિતિમાં ગર્ભ રહે છે તો સ્ત્રી વધારે દુખી થાય છે, એટલું જ નહિ પણ તેને જે સંતતિ–છોકરાં થાય છે તે પણ રોગી થાય છે. માટે

પુરુષોએ તેમ જ સ્ત્રીઓએ સ્ત્રીઓના આ ખાસ રોગોનું જ્ઞાન સંપાદન કરવું જોઇએ, તે રોગો જે જે કારણોથી થાય છે તે કારણો દૂર રાખવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, અને તેમ છતાં કદિ કાંઇ રોગ થાય તો તો તે રોગનું આ પ્રકરણ કહેલા સાદા ઉપચારોથી નિવારણ કરવું જોઇએ; એટલું જ નહિ પણ સ્ત્રી આમાંના કોઇ પણ રોગથી પીડાતી હોય એવા સમયમાં સ્ત્રીસંબંધથી કે બાળક ઉત્પન્ન કરવાની પ્રવૃત્તિથી દૂર રહેવું જોઇએ.

સ્ત્રીઓના રોગ સંબંધી અજ્ઞાનતાથી સ્ત્રીઓની કેવી દુર્દશા થાય છે, તેને માટે સેંકડો દષ્ટાંતો આપી શકાય; તથાપિ હું આ પ્રકરણ લખતો હતો તે જ વખતે એક બાઇ જે મારા પાસે ઉપચાર માટે આવી ચડી હતી, તેનું દયાજનક વૃત્તાંત અત્રે નોંધવાની રજા લઉં છું:—

એક બાવીશ વર્ષની જુવાન સ્ત્રી તેના એક ગુમાસ્તા સાથે મારા પાસે આવીને બેઠી. મેં તેના તરફ જોયું એટલામાં તે બોલી કે મને તમો ઓળખો છો કે નહિ? મેં આ બાઇને પાંચ છ વર્ષ પહેલાં તેની ખીલતી જુવાનીમાં જોઇ હતી, પણ અત્યારે તે મંદવાડથી ડોશી જેવી દેખાતી હતી. તેના ચેહેરા તરફ ફરીને બરાબર જોયાથી જુવાનીમાં જોયેલ ચેહેરો મને યાદ આવ્યો અને મેં તેને જણાવ્યું કે તું ઘણું કરીને અમુક સખ્સની દીકરી લાગે છે. તેણીએ કહ્યું કે, હા, હું એ જ છું. પછી તેણીના દરદની સર્વ હકીકતથી હું વાકેફ થયો. તેનો બાપ મારો જુનો દરદી હતો, એટલું જ નહિ પણ દવાઓ ખાવાનો તેને ઘણો શોખ હતો, અને પુસ્તકો વાંચીને જાતે પણ કેટલીક દવાઓ બનાવી તે ખાતો હતો અને તેમાંથી વૈદું કરવા લાગ્યો હતો. બહુ સ્વચ્છંદી વર્તણુકને લીધે એવી દવાઓ ખાવાનો તેને એ શોખ લાગ્યો હતો. પાછળથી તેની એ વર્તણુકના પરિણામે તેને ગરમીનો રોગ પણ થયો હતો. આ બાઇ આવા એક માણસની દીકરી હતી. મારી તપાસના પરિણામે મને જણાયું કે તેણીને ક્ષય રોગ લાગુ પડ્યો છે. જુવાનીમાં તે બાઇનું શરીર કાઠાદાર, મજબુત

અને નિરોગી હતું, છતાં આજ તેણીની આવી દુર્દશા શી રીતે થઇ તેનો વિચાર કરતાં તથા તજવીજ કરતાં મને જણાયું કે, એ બાઇને સોળ સત્તર વર્ષની વયે પ્રથમ ગર્ભ રહેલો હતો, અને તે પછી પાંચ વર્ષની મુદતમાં બે વાર લાગલાગટ કસુવાવડ થઇ. તે પછી પાછો ગર્ભ રહેતાં છોકરો અવતર્યો અને હાલની ક્ષયની સ્થિતિમાં પણ તેને બે માસનો ગર્ભ હોવાની શંકા છે. પરણેતરનાં પાંચ વર્ષમાં બે સુવાવડ, બે કસુવાવડ અને પાંચમો ગર્ભ પેટમાં ! વિચાર કરો કે આ બાઇને ક્ષય કેમ ન થાય ? તેણીની છાતીમાંથી લોહી તુટી પડે છે, તે કેમ ન તુટી પડે ? પણ આવું પરિણામ શી રીતે આવ્યું ? હું માનું છું કે અતિ વિષયસેવનથી, ઉપરા ઉપર ગર્ભ રહેવાથી, અને ગર્ભસ્રાવ થવાથી આ પરિણામ આવ્યું. તેણીના ધણીનો ઇતિહાસ હું જાણી શક્યો નથી, પણ તેણીના બાપના વિષયવિકારનો અને રોગનો તેણીને વારસો મળ્યો હોય તો તે ઘણે ભાગે સંભવિત છે. વારસાના વિકારથી અને પ્રજા ઉત્પન્ન કરવા સંબંધી નિયમોના અજ્ઞાનથી એક જોરાવર જુવાન સ્ત્રીની આ દુર્દશા થયેલી દીઠી ! પ્રજા ઉત્પન્ન કરવા સંબંધી નિયમોની અજ્ઞાનતાથી આવી હજારો જુવાન સ્ત્રીઓ વિનાશકારક અને પ્રાણહારક દરદોના મુખમાં સપડાય છે, અને તેમાં સ્ત્રીઓ કરતાં પુરૂષો વધારે જોખમદાર અને જવાબદાર છે !

પ્રકરણ ૪૭ મું.

પુરૂષોનાં ખાસ દરદો તથા તેના ઉપચારો.

"Unrighteous use of physical pleasure produces satiety, coldness, repulsion, and misery to the two remaining apart, through the abuse of a Divine Gift." DR. TRALL.

"દૈવી બક્ષિસના ગેરઉપયોગના પરિણામે શારીરિક આનંદના ખોટા ઉપયોગથી સ્રીપુરૂષમાં પ્યારની શિથિલતા, તિરસ્કાર, વિયોગ અને દુઃખઃ ઉત્પન્ન થાય છે."

પુરૂષોના અનિયમિત અશુદ્ધ, અપવિત્ર, અને નિંદ્ય વર્ત્તનનું તેમના પોતાના શરીર ઉપર દુષ્ય પરિણામ આવે છે, એટલું જ નહિ, પણ તેમની સ્રીઓ, બાળકો, અને પેઢીકેતાર વંશજોના ઉપર પણ તેનું ખરાબ પરિણામ ઉતરે છે. પુરૂષોની બદફેલીનાં આવાં દુષ્ય પરિણામ જોયા પછી કુદરતી રીતે એ વર્તન તરફ તિરસ્કાર છુટવો જોઇએ અને દરેક માણસે શુદ્ધ સાદું વર્ત્તન રાખવું એવી દરેકનાં મનમાં સ્વાભાવિક પ્રેરણા થવી જોઇએ.

કામવાસના સંબંધી બદફેલીમાં યથેચ્છ ભટકવાનું શરૂ કરતાં પહેલાં વિષયી પુરૂષે પ્રથમ એકવાર કોઇ મોટી હૉસ્પીટલમાં મુલાકાત લેવી, અને ત્યાં પડી રહેલા દરદીઓ તરફ નજર કરી લેવી જોઇએ. ત્યાં તે શું જુવે છે? કોઇના શરીરમાં વ્રણ પડયાં છે, કોઇનું શરીર ગરમીથી સડી ગયું છે. કોઈની ગરમીથી આંખો નાશ પામી છે, કોઇનું નાક બેસી ગયું છે, કોઇની છાતીમાં નાસુર પડયાં છે અને કોઇના પગનું હાડકું સડી ગયું છે, આ પૃથ્વી ઉપર નરકનું સ્થાન જોવું હોય તો હૉસ્પીટલમાં જાઓ. ઇસ્પીતાલમાં પડયાં પડયાં સડતાં દરદીઓની યાતનાઓ જોયા પછી બદફેલીના માર્ગમાં પગ નહિ દેવાનો

તમો જરૂર નિશ્ચય કરશો. આ શારીરિક અપરાધની જેવી જબર અને ભયંકર યોગ્ય શિક્ષા જલદી થાય છે એવી શિક્ષા બીજા કોઈ પણ પાપની કે ગુન્હાની થતી નથી. આવાં અસહ્ય દરદો અને દુઃખો ભોગવવાં પડે છે, તોપણ ઇશ્વરની આજ્ઞાનું અને મનુષ્યનીતિનું ઉલ્લંઘન કરવાને આપણે તૈયાર થઇએ છીએ! મનુષ્યજાતને માટે આ કેવો નિર્લજ્જપણાનો અને બેશરમીપણાનો બનાવ કહેવાય! પુરૂષોનાં આવાં નિર્લજ્જપણાનાં કૃત્યો જોતાં તો તેમને એમની બદફેલીનાં અસહ્ય દરદોમાં સડવા દેવા, એ જ તેમને માટે યોગ્ય શિક્ષા છે. પણ નહિ, એથી સમાજમાં એ દરદોનો સડો વધે, અને દિવસે દિવસે દુષ્ટ અને રોગી પ્રજાનો વંશ વધે, માટે એ દુષ્ટ દરદોના ઉપચારોથી પણ દરેક પુરૂષે વાકેફ થવું જોઇએ. આ નીચે પુરૂષોનાં એવાં કેટલાંક દરદોના ઉપચારો આપવામાં આવે છે:—

પ્રમેહ–લક્ષણો—આ દરદ હાલ એટલું બધું સાધારણ રીતે પ્રસર્યું છે કે ભાગ્યે જ કોઇ જુવાન માણસ પરમાના દરદથી અજાણ હશે, જેથી તેનું લાંબુ વર્ણન કરવાની જરૂર નથી. પરમાનો દુષ્ટ ચેપ લાગુ પડયા પછી બીજા દિવસથી પાંચમા દિવસ સુધીમાં મૂત્રનળીના મોંના ભાગમાં ચળવળ થઇને બેચેની થાય છે, વધારે લાલ થાય છે, અને તેમાંથી એક પ્રકારનું ચીકણું પાણી ઝરવા લાગે છે. થોડા વખત પછી આ પ્રવાહીનો પાણી જેવો વર્ણ બદલાઇને દુધ જેવો ધોળો થાય છે. આ રોગનો સંબંધ મૂત્રમાર્ગના મોં સાથે હોય છે ત્યાં સુધી આવાં નરમ ચિન્હો દેખાય છે; પણ હળવે હળવે ચાર પાંચ રોજમાં એ ચેપ સર્વે ભાગમાં પ્રસરીને દરદ વધારે સખ્ત રૂપ લે છે. પરમાની આ બીજી અવસ્થામાં મૂત્રનળીના આસપાસના સર્વ ભાગમાં દાહ થાય છે અને ઉપલી તેમજ અંદરની ત્વચા લાલ બની જાય છે, મોં ઉપર સોજો આવે છે, અંદરથી નીકળતી રસી હવે અતીશય ઘટ બને છે અને પીળાશ પકડે છે, અને પ્રવાહ પણ મોટા પ્રમાણમાં વહે છે. પેસાબમાં અડચણ પડે છે ને દરદ થાય છે.

પેસાબની અંદર રહેલો ખાર વધવાને લીધે અને મૂત્રનળીમાં ચીકણી રસી ભરાવાને લીધે તે નળી સંકોચાય છે, તેથી મૂત્રપ્રવાહ એકસરખો છુટથી બહાર પડી શકતો નથી અને અટકી અટકીને ટીપે ટીપે બહુ કષ્ટથી આવે છે. રાત્રે મૂત્રનળી જોરમાં આવે છે અને અસહ્ય પીડા ઉપડે છે. વખતો વખત સ્વપ્નમાં આવીને ધાતુસ્રાવ વધવાથી નળી કમાનની પેઠે વાંકી વળે છે. કદિ કદિ સાથળના મૂળમાં સોજો થઈ આવીને બદની ગાંઠ નીકળે છે. આ બીજી સ્થિતિ બે ત્રણ અઠવાડીઆં સુધી ચાલે છે. પરમાની ત્રીજી સ્થિતિમાં તેનાં સખ્ત લક્ષણો બંધ પડે છે, બળતરા શાંત પડે છે, રસી પાતળી પડવા લાગે છે અને હવે પરમો મટી ગયો એવો ભાસ થાય છે. આ અવસ્થામાં જેવા ઉપચાર થાય છે તે પ્રમાણે તે અવસ્થા કેટલાંક અઠવાડીઆં અથવા કેટલાક મહિના સુધી ચાલે છે.

સ્ત્રીનો પરમો—પુરૂષને પરમાનો રોગ શાથી થાય છે? જે સ્ત્રીને આવા જ પ્રકારનો રોગ થયો હોય છે તેવી સ્ત્રી સાથે અથવા દસ્તાનવાળી સ્ત્રી સાથે, અથવા જનનેન્દ્રિયનો દાહ થયો હોય એવી સ્ત્રી સાથે અથવા પ્રદર (ધુપણી) નો રોગ થયો હોય એવી સ્ત્રી સાથે સંબંધ થવાથી આ રોગ થાય છે. રજસ્વલા સ્ત્રીનો સંગ કર્યાથી ખાવાપીવામાં તથા બીજા આચારમાં છેક અશુદ્ધ વર્ત્તન રહેવાથી જ આ રોગ થાય છે; સ્ત્રીને બહારથી કાંઈ રોગ દેખાતો ન હોય તેમ છતાં તેના સંબંધથી આ રોગ થયાનાં દષ્ટાંતો પણ બને છે. સ્ત્રીને પરમો થાય છે તો તે કદિ મૂત્રમાર્ગમાં અને કદિ પ્રસવમાર્ગમાં થાય છે. આ બેમાંથી એક માર્ગ બગડે છે એટલે બીજો માર્ગ પણ થોડો ઘણો બગડે છે. એકંદર સ્ત્રીઓ કરતાં પુરૂષોમાં આ રોગનો ઘણો વિશેષ ફેલાવો છે. શ્લેષ્મ ત્વચાનો દાહ કરનારા બીજા કોઈ રોગનાં અને પરમાનાં લક્ષણોમાં બહુ ફરક હોતો નથી. પ્રથમ રસી બહુ જ સ્વચ્છ હોય છે. પછી કફ તથા પરૂ મિશ્રિત રસી આવવા લાગે છે, અને દરદનો સંપૂર્ણ અમલ થતાં તે રસી તદન પરૂથી ભરેલી આવે

છે. મૂત્રમાર્ગમાં આ રેાગ થાય છે એટલે શરૂઆતમાં તે ભાગનેા દાહ થઈને ત્યાં ચેળ આવે છે, અને બન્ને બાજુના હેાઠ અને કિનારીઓ સુજી આવે છે. સ્ત્રીઓને આ પ્રકારનેા પરમેા વિશેષ થાય છે. આ રેાગની શરૂવાત પ્રસવમાર્ગમાં થાય છે ત્યારે ગ્રીવા તથા ગર્ભાશયની અંદરના ભાગમાં તે પ્રસરે છે અને ત્યારે તેનું પરિણામ એવું આવે છે કે ઘણુંકરીને એવી સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહેતેા નથી; જાથુનું વાંઝીયાપણું પ્રાપ્ત થાય છે.

ઉપાય— પરમાનેા સ્થાનિક ઉપાય શરૂ કરતા પહેલાં રેાગીને આરેાગ્યતાના નિયમેામાં મુકવેા. આહાર, વિહાર, અને વર્તન તદ્દન શુદ્ધ અને આરેાગ્યવર્ધક હેાવાં જોઇએ. જે પુરૂષને આ રેાગ થાય તે વ્યસની, બહારચલેા, રંગીભંગી તથા દુર્વર્ત્તનવાળેા હેાવેા જોઇએ. માટે જનનેન્દ્રિયના દાહના કેાઇ પણ વિકારના રેાગીનેા ઉપચાર શરૂ કરતાં પ્રથમ તેા તેને જે ખરાબ વ્યસનેા હેાય તે છેાડાવવાં અથવા એાછાં કરાવવાં, જેમકે તંબાકુ ખાવીપીવી, દારૂ, માંસ, મશાલા, તેમ જ બીજા ઉત્તેજક, માદક અને અમલી પદાર્થો છેાડાવી દેવા. પ્રથમ આ પથ્યનેા બંદેાબસ્ત કર્યા પછી તેને ખાવાપીવામાં ફક્ત સાદેા ભાજીપાલેા, ફળ, રેાટલી, ચેાખા, વગેરે સાદેા ખેારાક આપવેા. તીવ્રદાહ રહે ત્યાં સુધી આવેા સાદેા ખેારાક પણ કમી આપવેા અને દરદીને બિછાના ઉપર પડી રહેવા દેવેા; તેમ જ શરીરનેા દાહ બને એટલેા કમી કરવા માટે કેાકરવર્ણા (બહુ ગરમ નહિ તેમ બહુ ઠંડુ પણ નહિ એવા) પાણીથી આખું શરીર ધેાઈ સ્વચ્છ કરવું અને વખતેા વખત એટલે દિવસમાં ત્રણ ચાર વાર સ્નાન કરાવવું, તથા કમરના ભાગ ઉપર અને જનનેન્દ્રિયના બહારના ભાગ ઉપર કેાકરવર્ણા કે ઠંડા પાણીમાં કપડાં કે વાદળી ભીંજવીને તે ભાગેા વારંવાર ઘસી ઘસીને ધેાવા તથા લુવા, તેથી ગણું જ ચેન પડશે. જ્યાં સુધી સ્થાનિક દાહ રહે ત્યાં સુધી આ ઉપચાર ચાલુ રાખવેા, અને દાહની શાંતિ થયા પછી પણ જનનેન્દ્રિય ઉપર ઠંડા પાણીમાં ભીંજવેલ ક-

પડું ઘડી વાળીને મુકવું. આ ઉપરાંત સ્ત્રીને પ્રસવમાર્ગમાં ઠંડા પાણીની પીચકારી વખતોવખત મારવાથી ફાયદો થાય છે.

આ ઉપચારથી દરદી જલદી તથા કાયમને માટે રોગ મુક્ત થઈ શકે છે. બાલસમ કોપેબા, સેન્ડલવુડ ઑઈલ (ચંદનનું તેલ), ચીનીકબાલાનું તેલ, કેલોમેલ વગેરે ઔષધોના ધાંધલથી એવો ફાયદો થવાનો નથી; ઉલટો રોગ ગુંચવણવાળો થાય છે, એટલું જ નહિ પણ કદિ કદિ તે ઉપચારથી ગ્રંથી બંધાય છે, અથવા જીર્ણ પરમાની કાયમની સ્થાપના થાય છે !

જીર્ણ પરમો—(gleet) પરમાનો શરૂવાતમાં યોગ્ય ઉપચાર થતો નથી તો તે સંપૂર્ણ સુધરતો નથી અને કેટલાક કાળ સુધી મૂત્રમાર્ગમાંથી પાણી સરખી પાતળી ચીકણી રસીનો સ્ત્રાવ થાય છે. તે સ્થિતિને જીર્ણ પરમો કહે છે. આવો સ્ત્રાવ થવો એ જ જીર્ણ પરમાનું મુખ્ય લક્ષણ છે; તોપણ કદિ કદિ ઇન્દ્રિય મધ્યે અથવા અંદરનાં પડમાં દરદ ઉત્પન્ન થઈને ખુજલી આવે છે, અને પેસાબ કરતી વખતે તો ખુબ ચેળ આવે છે, કોઇ કોઇ વાર જીર્ણ પરમાનો આ સ્ત્રાવ એકસરખો અતીશય ચાલુ રહે છે અને પહેરેલું કપડું બગડે છે. વિશેષ કરીને સવારમાં ઉઠયા પછી વધારે રસી દેખાય છે. આવી રસીનો બીજા નિરોગી માણસને સંસર્ગ થાય છે તો તેને પણ તે રોગ લાગુ પડે છે. આ જીર્ણ પરમામાં અને પરૂવાળા પરમામાં વિશેષ તફાવત નથી. આ જીર્ણ પરમો પાછો વધારે જોરમાં આવે છે તો તેમાંથી જ તીવ્ર દાહવાળો અને પરૂવાળો પરમો થાય છે. પરમો જીર્ણ રૂપે ચાલતો હોય એવા વખતમાં પથ્ય આહાર કરવાને બદલે તથા વિહાર સંબંધી પરહેજગારી રાખવાને બદલે ગમે તે ખોરાક મોટા પ્રમાણમાં ખાવામાં આવે છે, દારૂ વગેરે માદક પદાર્થો અને ગરમ મશાલા ખાવામાં આવે છે તથા ઇચ્છા પ્રમાણે અતિશય મૈથુન (સ્ત્રી સંબંધ) કરવામાં આવે છે, તો જીર્ણ પરમાનો ઘણો ખરો સ્થાનિક ઉપચાર તીવ્ર પરમા પ્રમાણે જ કરવો. મારા ઉપચાર

તળે પરમાના આવા અનેક દરદીઓ આવી ગયા છે. દવાદારૂની ભરમારથી તેઓ આ દરદને એવું તો ગુંચવણવાળું અને અસાધ્ય કરીને આવેલા હતા કે ઘણા ઉપચારો કર્યા છતાં કાંઇ જાણવા જોગ સુધારો થયો નહોતો. પથ્ય આહાર અને સ્ત્રીસેવનની પરહેજગારી, જે એ મુખ્ય જરૂરની વાત છે, તે તરફ ઉપચારકો પણ પુરતું લક્ષ અપાવતા નથી, તો અજ્ઞાન અને ઉદ્ધત દરદીઓને શું કહેવું ? તેઓ આ નિયમો તરફ બિલકુલ લક્ષ આપતા નથી ! ખાસ સૂચના આપ્યા છતાં અને મના કર્યા છતાં તેઓ તો એમ જ માને છે કે આપણે ગમે તેમ વર્તીએ, દરદ દવાથી જ મટવું જોઇએ ! આ તેમની માનિનતા ઘણી જ ભૂલભરેલી છે. આવા સ્થાનિક રોગોમાં આહાર અને વિહાર ઉપર તો સૌથી પહેલું લક્ષ આપવાની જરૂર છે. મારી પાસે આવેલા જે દરદીઓ મારી સૂચના પ્રમાણે આહાર વિહારમાં વર્તી શક્યા હતા અને બ્રહ્મચર્ય પાળીને સાદા ખાનપાન ઉપર રહી શકયા હતા તેમને દવા વિના પણ આરામ થયેલો જણાયો હતો.

ઘુમટાનો રોગ—Phimosis and paraphimosis–ઘણાં બાળકોને જન્મથી જ ઘુમટાનો સંકોચ હોય છે અને તે પણ ઘણી વાર વારસાની જ ખોડ છે. જે બાળકોને જન્મથી ઘુમટો મણિ (ફુલ) ઉપર ઢંકાયેલો રહે છે અને તેના છેડા ઉપર ઘણું સાંકડું કાણું હોય છે તેમને છુટથી પેસાબ થતો નથી, તેથી ઝાડો પણ સાફ આવતો નથી. વારંવાર ઝાડા પેસાબનો અટકાવ થાય છે; વારંવાર ઘુમટો સુજી આવે છે, પેસાબ કરતાં બાળકને ચેળ આવે છે, દાહ થાય છે અને કરાંઝવું પડે છે; આ કારણથી વારંવાર પેટ ચડી આવે છે. બારીક તપાસ કરવાની અને દરદનું ખરૂં કારણ શોધી કાઢવાની કાળજી તથા ટેવ નહિ હોવાથી ઘણાંખરાં માબાપો આ દરદનું કારણ સમજી શકતાં નથી અને ઉંટવૈદો પણ ખરૂં કારણ સમજ્યા વિના જેટલી વાત કહેવામાં આવે છે તેના ઉપાયો કર્યા કરે છે. આવા રડાકુટા લાંબા લાંબા વખત સુધી ચાલ્યા જ કરે છે. એમ કરતાં બાળક મોટો થાય

છે એટલે શરમમાં પડે છે. સંસારમાં પડયા પછી તે એથી પણ વધારે દુઃખી થાય છે, કેમકે ઘુમટાના સંકોચને લીધે મૂત્રનળી બરાબર સાફ થઇ શકતી નથી અને અંદર મેલ ભરાઈને ઘુમટાનો તીવ્ર દાહ થઇ આવે છે તથા પાકી આવે છે. ઘુમટાના સંકોચના તીવ્ર દાહમાં ઉપચાર કરવામાં ઘણી મુશ્કેલી પડે છે અને ઘણીવાર શસ્ત્રનો ઉપયોગ કરીને ઘુમટો છુટો કરવામાં આવે છે ત્યારે જ છુટકો થાય છે. જન્મથી ઘુમટાનો સંકોચ હોય તો તેનો ખરો ઉપાય એક જ છે, તે એ કે બાળકને જન્મે ત્યારે જ ડાક્ટર પાસે ઘુમટાની તપાસ કરાવવી અને વધારે સંકોચ હોય તો સુનત કરાવી નાખવી. અજ્ઞાન માબાપો આ સલાહથી બહુ ડરતાં જણાય છે. સુનત કરાવવામાં બીલકુલ જોખમ નથી, સુની મુસલમાનોમાં દરેક બાળકને સુનત કરવાનો ચાલ છે તે સૈાના જાણવામાં છે. જન્મથી ઘુમટાનો સંકોચ ન હોય, તોપણ ઘણીવાર ચામડીના દાહથી મણિ પાકી આવે છે અને ઘુમટો ઉપર ચડી શકતો નથી. આવો દાહ થાય ત્યારે ગરમ તથા ઠંડા પાણીમાં ભીંજવેલ લુગડાની ઘડીઓ એક પછી બીજી મુક્યા કરવી તેથી દાહ તથા સોજો કમી પડશે. સ્નાનથી આખું શરીર સ્વચ્છ કરવું અને ઠંડા પાણીની પીચકારીથી કોઠો સાફ કરવો. આ ઉપચારથી જલદી આરામ થઇ જાય છે.

એવી જ રીતે ઘુમટો ઉપર ચડી જાય અને પાછો ઉતરી શકે નહિ, તે સ્થિતિને પારાફાયમોસીસ કહે છે. ઘુમટો ઉપર ચડેલો હોય છે તેને જોરથી ખેંચીને નીચે ઉતારવાનો પ્રયત્ન કર્યા પછી તે ઘુમટો પાછો ઉપર ન જઈ શકે તેથી આ રોગ થાય છે. આવી રીતે તાણખેંચ કરવાથી ચામડીને જોર લાગીને બેચાર રોજમાં કે ક્વચિત થોડા જ કલાકમાં સોજો આવી જાય છે, અને વરમ થઇને સડવા લાગે છે. આ દરદનો ઉપચાર પણ ઉપર પ્રમાણે કરવો.

મૂત્રમાર્ગનો સંકોચ—પેસાબનો રસ્તો સાંકડો પડે છે, તે રોગ બે પ્રકારથી થાય છે. સ્નાયુમાં રક્તસંચય વધારે થવાથી સ્નાયુ

સંકોચાય છે અથવા તેમાં વરમ થાય છે, તેથી જે મૂત્રદ્વારનો સંકોચ થાય છે, તે એક પ્રકાર; અને મૂળનળીમાં અયોગ્ય ઉપચારો કરવાથી તેમાં જડપણું આવીને ગાંઠ પડે છે તથા સંકોચ થાય છે, તે બીજો પ્રકાર. પહેલા પ્રકારનો સંકોચ બહુ થોડો વખત રહીને દૂર થાય છે. બીજા પ્રકારને સંકોચ ઘણા કાળ સુધી કાયમ રહે છે. પહેલા પ્રકારનો સંકોચ પરમાથી અને તેના ઉપર અયોગ્ય ઉપાયો કરવાથી તથા સળી વગેરેનો અવ્યવસ્થિત ઉપચાર કરવાથી થાય છે. સ્થાનિક દાહ, વેદના અગર સોજા સાથે મૂત્ર બહુ કષ્ટથી આવે, એ પહેલા પ્રકારના સંકોચનાં લક્ષણો છે. આ સંકોચ અતિશય શ્રમ કે કસરતથી, પેસાબનો ઘણી વાર સુધી અટકાવ કરવાની ટેવથી, અથવા અતિશય સ્ત્રીસંબંધ કરવાથી આ સંકોચ થાય છે. બીજા પ્રકારનો મૂત્રમાર્ગનો સંકોચ મૂત્રનળીના કોઇ પણ ભાગમાં થઈ શકે છે, પણ વિશેષ કરીને મૂત્રમાર્ગની અંદરના વચલા ભાગમાં થતો જોવામાં આવે છે. આ બીજા પ્રકારનો સંકોચ એકાએક થતો નથી, પણ ન સમજાય એવી રીતે ધીમે ધીમે સ્નાયુ સંકોચ પામતા જાય છે. પ્રથમ, દરદીને પેસાબ સાફ આવી ગયા પછી એક બે ટીપાં પેસાબનાં બાકી રહ્યાં છે એવો તેને ભાસ થયા કરે છે, અને પાછળથી અરધો પેસાબ પ્રથમ આવી ગયા પછી વચમાં અટકી ગયો લાગે છે અને થોડી વાર થયા વિના બાકીનો પેસાબ પુરો થશે નહિ, એમ તેને લાગે છે, અને છેવટ છેવટ એકેક ટીપે પેસાબ થાય છે, અને આમ થવાથી મૂત્રાશય ખાલી થતાં ઘણી જ વાર લાગે છે. આ છેવટની સ્થિતિમાં મૂત્રક્રિયા દરદીના કબજામાં નહિ રહેવાથી તેના સમજવામાં ન આવે એવી રીતે થોડે થોડે પેસાબ ચાલ્યા જ કરે છે, એમ પણ ઘણી વાર જોવામાં આવે છે. **ઉપચાર**—હાલમાં આ દરદના ઉપચારમાં મુખ્ય ઉપચાર સળી નાખવાનો ચાલતો જોવામાં આવે છે, અથવા સ્નાયુના સંકોચથી ઘટ થયેલી બાજુ કાપી કાઢીને સંકોચ કમી કરવામાં આવે છે. આ બીજા ઉપાયનો ક્વચિત જ આશ્રય લે-

વામાં આવે છે, અને સળી તો હાલતાં ચાલતાં નાખવાનો ચાલ પડી ગયો છે. અણઘડ રીતે અને અણઘડ હાથે સળી નખાય છે તો નુકસાન પણ થઈ જાય છે. આવા ઉપાયોમાં કુશળ શસ્ત્રવૈદની જરૂર છે. આ રોગની વિશેષ પીડામાંથી બચવા માટે રોગીએ શુદ્ધ અને સાદું વર્ત્તન રાખવું, અને પોતાની બગડેલી રીતભાત અને ટેવો છેક બદલીને સુધારી લેવી. તેણે આરોગ્યશાસ્ત્રના નિયમો પ્રમાણે વર્તવું જ જોઇએ. તમાકુ, અફીણ, દારૂ, વગેરે કેફી વસ્તુઓનો ત્યાગ કરવો; માંસાહાર નહિ કરવો, અને સહેલથી પચે એવો હલકો ને ભુખથી પણ ઓછો ખોરાક લેવો. બ્રહ્મચર્ય પાળવું, રોજ આખે શરીરે સ્નાન કરવું, અને બે ત્રણવાર કટિસ્નાન કરતાં તે ભાગો ખુબ ચોળીને ધોવા. શરીર સ્વચ્છ રાખવું, અને ચોખ્ખા પાણી સિવાય બીજું કાંઇ પીવું નહિ. આ નિયમો સખ્ત રીતે પાળવાથી બે ત્રણ માસમાં પહેલા પ્રકારના સંકોચની અડચણ દૂર થઇને પેસાબ ખુલાસા સાથે આવવા લાગશે; અને બીજા પ્રકારનો સંકોચ મટાડવા માટે રોગીની પ્રથમની સારી કે બુરી ટેવો પ્રમાણે છ થી બાર માસ સુધી આ નિયમો પાળવા જોઇએ. આ પ્રમાણે પોતાનું વર્ત્તન સુધારવાથી જ પોતાની મેળે પોતાના રોગને દૂર કરી શકાય છે. તેને સળીની, શસ્ત્રક્રિયાની કે કોસ્ટીક જેવા દાહક ઉપચારોની જરૂર પડતી નથી, અને તે અનિષ્ઠ ઉપાયો લાગુ ન પડે અગર ઉલટા પડે તો પાછળથી જે અસહ્ય પીડાઓ વેઠવી પડે છે તે પણ વેઠવી પડતી નથી. સ્વાભાવિક અને સાદા વર્ત્તનથી ઘણાક કઠણ રોગો પણ મટે છે. પણ દરદીઓ સાદા ઉપચારોનો અનુભવ જ લેતા નથી, અને ડાક્ટરોની, વૈદોની કે ઉંટવૈદોની પાછળ ભટક્યા કરે છે અને ખરાબખસ્ત થાય છે!

વૃષણવૃદ્ધિ——કોથળી વધવી, ગોળીમાં સોજો થવો, એ પરમાનો જ એક પેટા રોગ છે. વૃષણ ઉપરની નરમ ચામડી છેક ઢીલી અને નાજુક થઈ સોજો આવ્યા પહેલાં કોઈ કોઇ વાર આંતરડાં તથા જાંઘમાં ધીમું ધીમું દરદ થયાનો ભાસ થાય છે. પરમો

લાગુ પડયા પછી ચોથા કે પાંચમા અઠવાડીઆમાં વૃષણની ગોળીમાં આ વિકાર ઉત્પન્ન થાય છે, અને પરમાનો દોષ પૂર્ણ રીતે જાય છે, તો આ દરદ પણ જાય છે; પણ પરમો સંપૂર્ણ રીતે શરીરમાંથી જાય એવો આપણે ઉપાય જ કરતા નથી, અને તેથી વૃષણની ગોળી પણ હમેશાં મોટી તથા વિકારવાળી રહે છે.

ચાંદી—જનનેંદ્રિય ઉપર સ્પર્શજન્ય વ્રણ પડે છે, તેને ચાંદી કહે છે. પરમો, ચાંદી તથા ઉપદંશ એ ત્રણે ઘણા જ ભયંકર દુષ્ટ રોગો છે, અને તે મુખ્ય કરીને જનનેંન્દ્રિયોના દુષ્ટ સંસર્ગ–સ્પર્શથી થાય છે, ચાંદી દુષ્ટ સંબંધથી જ થાય છે. અને પરમો મોટે ભાગે દુષ્ટ સંસર્ગથી થાય છે, તેમ બાજા કારણોથી પણ થાય છે; એવી જ રીતે પરમાની અસર શ્લેષ્મ ત્વચામાં અને તેની સાથે સંબંધ રાખનારા ભાગોમાં એટલે મૂત્રમાર્ગના મૂળની ગ્રંથીમાં, બસ્તીમાં તથા વૃષણમાં થાય છે. તે શ્લેષ્મ ત્વચાના ઉપલા ભાગને બગાડે છે. તેની અસર તેથી વધારે ઉંડી જતી હોય એમ જણાતું નથી; પરંતુ ચાંદી તો શ્લેષ્મત્વચા, બહારની ત્વચા અને તેની વચ્ચેની ત્વચા એ સર્વમાં પ્રસરે છે અને છેવટ તેની અસર રસવાહિની તથા જ્ઞાનવાહિની તંતુઓના મધ્યસ્થ મથક સુધી જઈ પહોંચે છે. આ બન્ને રોગનું ઝેર રસીના માર્ગ મારફતે પ્રસરે છે, તેથી રસવાળા ભાગો સિવાય બીજે તે રોગ જઈ શકતો નથી. બદ થાય છે તે વખતે રસવાહિની નસોમાં ચાંદીમાંની રસી પ્રવેશ કરે છે, ઉપદંશનું ઝેર આખા શરીરમાં પ્રસરે છે. પરમા તથા સ્થાનિક ચાંદીનો પ્રસાર ફકત રસધાતુના પ્રદેશમાં થાય છે. અને ઉપદંશની ગરમીનો પ્રસાર સાતે ધાતુમાં એટલે રસમાંથી રકતમાં, માંસમાં, મજ્જામાં, મેદમાં, અસ્થિમાં અને વીર્યમાં, એમ સાતે ધાતુમાં પ્રવેશ થાય છે. પરમો, ચાંદી અને ઉપદંશ એ ત્રણે રોગને પરસ્પર વૈર નથી, પણ દોસ્તી છે, તેથી કયાંઈ કયાંઈ એ ત્રણે રોગો સાથે પણ લાગુ પડેલા જોવામાં આવે છે, અને એક જ દરદી પોતાની બદફેલીના ફળ રૂપે આ ત્રણે રોગનો સ્વાદ ચાખે છે!

લક્ષણો તથા ઉપાય—ચાંદી જનનેન્દ્રિય ઉપર કે તેના નજીકના ભાગમાં જ થાય છે. કોઈ કોઈવાર મૂત્રમાર્ગમાં, પ્રસવમાર્ગમાં, ગુદામાં, અને શ્લેષ્મ ત્વચાના એકાદા બીજા ભાગમાં પણ તે થાય છે ખરી, તોપણ ઉપદંશની ગરમીની જેવી અસર મોંમાં નાકમાં, કાનમાં, તથા માથામાં થાય છે, એવી રીતે પરમાની કે ચાંદીની અસર ત્યાં થતી નથી. ચાંદી અથવા ટાંકી હમેશાં આકારમાં ગોળ હોય છે. તેની કોર ખડબચડી અને તીક્ષ્ણ હોય છે. તેમાંથી પરૂ વહે છે. પ્રથમ એક ચાંદી પડે, પણ પછી તે ચાંદી આસપાસની જગાને દુષ્ટ કરી દે છે અને એકમાંથી અનેક ટાંકી પડે છે. ઉપાય—ટાંકીના ઉપચારમાં પ્રથમ આરોગ્યરક્ષક નિયમોનું બહુ કાળજીથી પાલન કરવું. શરીરના સર્વ ભાગની સ્વચ્છતા તથા પથ્ય આહાર રાખવાથી પણ ચાંદી મટી જાય છે. સ્વચ્છતા અને સાદો ખોરાક રાખવાની કાળજી રાખવામાં નથી આવતી તો તે દરદ જોર કરે છે અને મદદમાં તેની જોડાજોડ તેની બેન બદબાઈ તૈયાર જ છે! ચેપ લાગ્યા પછી બીજે કે ત્રીજે દિવસે ફોલ્લી થાય છે, તે કાસ્ટીકથી બાળી નાખવામાં આવે તો જાય છે. પણ ટાંકી પડયા પછી ચાર પાંચ દિવસ ગયા પછી કદાચિત કાસ્ટીકને પણ તે ચાંદી માન આપતી નથી, તો પછી તેજાબનો કે ક્ષારનો ઉપયોગ થાય છે. તેનાથી પ્રથમ તો ચાંદી ઉપર સખ્ત વેદના થાય છે, પણ ઉપરાઉપર બે ત્રણ વાર લગાડયા પછી તે વેદના કમી થાય છે; આ ક્ષાર ઘણીવાર લગાવ્યા વિના ચાંદી પૂર્ણપણે નાશ પામતી નથી, પણ આ ખાર કે કૅાસ્ટીક ચાંદીની આસપાસની સાજી ચામડીમાં ન લાગે તેની સંભાળ રાખવી. આસપાસ ભીના કપડાની ઘડી પાથરીને પછી ચાંદી ઉપર ક્ષાર મુકવો, ક્ષાર કે કાસ્ટીકથી ચાંદીની ચામડી પાકી આવીને તેનું પડ સુકાય છે. તેના ઉપર પણ ભીનું કપડું મુકી રાખવું. આ ઉપચાર સાથે શરીરના બીજા બધા ભાગ તથા કપડાં બહુ જ સ્વચ્છ રાખવાં.

બદ—આ બદની ગાંઠ રસીમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. તે ઘણી

વાર ચાંદીના વિકારમાંથી થાય છે, ક્વચિત્ ક્વચિત્ પરમામાંથી અગર ફક્ત અતિ વિષયસેવનમાંથી પણ થાય છે. ગંડમાળવાળા રોગીની પ્રકૃતિ આ રોગને બહુ અનુકુળ છે. પ્રથમ જાંગના મૂળમાં સોજો આવે છે અને ત્યાં દાબવાથી કે ઉભું રહેવાથી દરદ થાય છે. બદ વધેલી લાગે છે તોપણ ઉપર ચામડીની અંદર બદને દબાવવાથી આમતેમ ફરે છે અને ચામડીનો સ્વાભાવિક રંગ બદલાતો નથી. ઘણી વાર બદ આવી સ્થિતિમાં ઘણા દિવસ રહીને પાછી બેસી જાય છે. બીજી અવસ્થામાં બદ થાય છે તે વળી બહુ જ જોરવાળી થાય છે, અને તેનું પરૂ બીજી બદને કે ચાંદીને પેદા કરે છે. ગરમીના વિકારનું પરૂ અથવા રસી સાતે ધાતુમાં પ્રવેશ કરે છે તેથી આ બદ થાય છે. જે ભાગ તરફ ચાંદી થાય છે તે ભાગ તરફ બદ થાય છે. કોઇ કોઇ વાર બીજી બાજુ ઉપર પણ બદ થાય છે. અને કોઇ કોઇ વાર બન્ને જાંગ ઉપર બદ થાય છે. ત્રીજી અવસ્થાની બદમાં દાહ બહુ થોડો હોય છે, થોડો દુખાવો હોય છે, અને હાલવા ચાલવાથી થોડો ત્રાસ થાય છે; પણ તે વધારે ચાલુ નથી રહેતી, તેમ બહુ મોટી પણ થતી નથી. વળી તે બહુ ધીમે ધીમે વધે છે. થોડા સમયમાં તે બદમાં ઘણી જગામાં છિદ્રો પડીને તેમાંથી પાણી જેવી રસી ઝરવા માંડે છે. **ઉપાય**—બદનાં લક્ષણ થાય કે પરૂ થયા પહેલાં જ તે વેરાઇ જાય તે વાત તરફ વિશેષ લક્ષ આપવું. દરદીએ ઘણી હરફર નહિ કરતાં એક જગામાં પડી રહેવું. ખોરાક પથ્ય, થોડો, ને સાદો ખાવો. આ નિયમ જરૂર પાળવો. શરૂવાતના ઉપચારમાં વખતો વખત સોજા ઉપર ભીનાં કપડાં ફેરવવાં અને વારંવાર બદલવાં, તેથી ઘણો આરામ પડશે. રોજ દિવસમાં ત્રણ ચાર વાર સુજેલો ભાગ દશ પંદર મીનીટ સુધી શેકવો અને શેકીને તેના ઉપર તરત જ ભીનું કપડું વીંટવું અને તેના ઉપર સુકા કપડાની ઘડી મુકીને આચ્છાદાન દેવું; દિવસે બેવાર થોડા થોડા ઠંડા પાણીથી કટિસ્નાન કરવું. આ ઉપાયો શરૂવાતમાં બરાબર થાય છે તો સોજો બેસી

જાય છે. પણ જો પરૂ થવાનાં ચિન્હો માલમ પડે એટલે દરદ વધે અને ગાંઠ જોર કરે તો તરત જ ઉકળતા પાણીમાં ભીંજવેલ કપડાં બદ ઉપર મુકવા માંડવાં, જેથી થોડા જ સમયમાં તેમાં પરૂ ઉત્પન્ન થઇને ગાંઠ ફુટે છે અથવા નસ્તરથી ગાંઠ ફોડાવવી અને પછી તે રૂઝાવવાના ઉપાયો કરવા.

ઉપદંશ-ગરમી—ગરમી કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે? આ રોગ દુષ્ટ સંસર્ગમાંથી થાય છે. જે સ્ત્રીને કે પુરૂષને આ રોગ થયો હોય છે તેના સંબંધથી બીજાને તે રોગ ચેપદ્વારા લાગુ પડે છે. પાતળી ચામડી અથવા છોલાયેલ ચામડીની ઉપલી સપાટીમાં દુષ્ટ વીર્ય, દુષ્ટ લોહી, કે દુષ્ટ પરૂ લાગી જવાથી આ રોગ થાય છે અને એક માણસમાંથી બીજા માણસમાં પ્રસરે છે આ ગરમીનો ચેપ લાગ્યા પછી રોગ પ્રત્યક્ષ દેખાતાં વધારે દિવસ લાગે છે; ક્વચિત દશ થી વીશ દિવસ લાગે છે અને તે લાગેલા ચેપમાંથી થનાર ફોડ અથવા ચાંદીનાં પૂર્વ લક્ષણો જણાવા લાગે છે. મૂત્રમાર્ગમાં ગરમીનો ભાસ માલમ પડે છે, ઉપલો ભાગ નાજુક બને છે, પેસાબનું દ્વાર થોડા દાહ સાથે સુજી આવે છે, પેશાબ કર્યા પછી અગન બળે છે, અગર દરદ થાય છે, અને થોડા જ વખતમાં એક નાની ફોડ બહારની ત્વચાની અંદર જ રહે છે, અને જ્યાં સુધી તેને બહારની હવા કે બહારનું ઘર્ષણ (ઘસારો) લાગવાનો સંભવ નથી ત્યાં સુધી તે ગોળ અથવા અનિયમિત આકારની હોય છે. પરંતુ તેની સપાટી બગડી આવીને રોગની નિશાની સ્પષ્ટ થાય છે ત્યારે જેવી રીતે ચાંદીમાંથી ચીકણો સ્રાવ થાય છે એવી રીતે ફોડમાંથી ચીકણો સ્રાવ થતો નથી, પણ તેનો બહારનો વર્ણ ધોળાશ પડતો લાગે છે. આ ફોડની અંદર એકઠી થયેલ રસી રક્તમય હોય છે અને તેમાં પરૂનો ભાગ બહુધા હોતો નથી; પણ ખણવાથી કે બીજા કોઇ કારણથી તે ભાગ વધારે ઉશ્કેરાઈ જાય છે તો તેમાંના અતિ બારીક છિદ્રોવાટે રસી બહાર આવતી લાગે છે. જેમ ચાંદીની આસપાસ કીનારી હોય છે. તેમ આ ફોડની

આસપાસ કોર કે ધાર હોતી નથી. આ જાતની ચાંદીથી આખી ચામડી બડબડી ઉઠે છે અને ઘણીવાર ઉપરના ઘુમટાથી ઢંકાઇ ગયેલ હોવાથી આ કોઈ જાતની ચાંદી છે તેની તરત પરીક્ષા થઈ શકતી નથી અને તેથી ઉપચારમાં પણ ભુલ થવાનો સંભવ છે. આગળ વર્ણવેલ ચાંદી અને આ બીજા પ્રકારની ગરમીનાં વિશેષ ચિન્હોનો બારીક તપાસ કરવાથી જ આ ભેદ લક્ષમાં આવી શકે છે, અને તેમાં અનુભવનું કામ છે.

આ જાતની ગરમીની ફોડ ઉત્પન્ન થયા પછી એક અઠવાડીઆમાં અને ત્રણ અઠવાડીઆની અંદર તો નક્કી જાંગમાંનો માંસપિંડ કઠણ બનીને દરદીના સમજવામાં ન આવે એવી રીતે તેની ગાંઠ (બદ) બને છે. તેમાં વેદના થતી નથી. આ જાતની ગરમીની ફોડ તથા તેનું વ્રણ મટયા પછી પણ કેટલાક મહીના સુધી જાંગની આ ગાંઠ કાયમ રહે છે અને આ ગાંઠનાં ખાસ લક્ષણ ઉપરથી જ ખાત્રી કરી શકાય છે કે આ રોગ ગરમી અથવા ઉપદંશની ફોડમાંથી થયેલ છે. ગરમીના ફોડમાંથી થનારી બદ કદિ પણ પાકતી નથી, તથા તેમાં પરૂ થતું નથી. આ સર્વ વાતો ધ્યાનમાં રાખવાથી ચાંદી ઉપરથી બદની અને બદ ઉપરથી ચાંદીની પરીક્ષા પણ કરી શકાય છે. બદની જાત ઉપરથી ચાંદી કયા પ્રકારની છે અને ચાંદી ઉપરથી બદ કયા પ્રકારની છે તેનો નિર્ણય કરી શકાય છે.

આ ગરમીના રોગનાં સર્વ શરીર ઉપર પ્રસરનારાં કાયમનાં ચિન્હો ત્રણથી પાંચ મહિનાની અંદર માલમ પડી આવે છે. આ મુદતમાં જો દરદીને કાંઇ ઉપચાર થતો નથી. અથવા તે કુપથ્ય અને અયોગ્ય ઉપચાર કરે છે તો દરદીને માથામાં દરદ, શરીરના જુદા જુદા ભાગમાં સખ્ત પણ તીક્ષણ વેદના, આખા શરીર ઉપર વિસ્ફોટક અને માથાના વાળવાળા ભાગમાં ફોડલીઓ થવા લાગે છે, અને નાક, ગળું વગેરે ભાગોનાં બારીક હાડકાં (કૂર્ચા) સડવા લાગે છે

ઉપાય—ઉપદંશ એટલે શારીરિક ગરમીનો રામબાણ ઉપાય પારો ગણાય છે. ડાક્ટરો પાસે તેને માટે મુખ્ય હથિયાર પોટાશ આયોડાઇડ છે. આ બે દવાઓ ઉપદંશની અસરને દાબવામાં ગમે એવી સારી અસર કરતી હશે, પણ તેથી ઉપદંશ છેક નાબુદ થતો હોય એમ હિમતથી કહેવાને વૈદો કે ડાક્ટરો પાસે મજબુત પુરાવો નથી. પણ આંહી વૈદોનાં રસાયનો અને ડાક્ટરનાં મોટાં મોટાં મિકશ્ચરો સાથે આપણને કામ નથી! પારો અને પોટાશ આયોડાઇડ ગમે એવી ઉત્તમ અસર કરનારી દવાઓ હશે, તથાપિ, તે દવાઓ ઉંટવૈદોના અને અણઘડ ઉપચારકોના હાથમાં ઉલટાં હાનિકારક હથિયારો થઇ પડે છે. "ઊંટવૈદના હાથમાં જીવવું તેના કરતાં વિદ્વાન વૈદ્યના હાથમાં મરવું વધારે સારૂં." એક જીવવા કરતાં એક મરવું વધારે સારૂં! આ કહેણીમાં બહુ ગંભીર અર્થ રહેલો જણાય છે. જેટલી આ વાત સત્ય છે, એટલી જ સત્યતા "મોટી મોટી દવાઓથી જીવવા કરતાં કુદરતી ઉપાયોથી જીવવું વધારે સારૂં," એ વાક્યમાં પણ છે. જે સાદા ઉપાયો આપણા સ્વાધીનમાં છે, તે છોડીને વૈદોનાં રસાયણોની અને ડાક્ટરોનાં પીણાંઓની વાત શા માટે કરવી? ઉપદંશનું દરદ લાગુ પડે કે દરદીએ પોતાના ખાનપાનમાં અને વર્તનમાં છેક જ ફેરફાર અને સુધારો કરવો. તે તમાકુનો કે દારૂનો સેવક હોય તો તેણે તે સેવા છોડી દેવી! તામસી અન્ન, ચટણી, મશાલા, અને તે વડે ચમચમાટ કરનારા પદાર્થો કે તળેલી ચીજો, તેમજ ચહા, કોફી, વગેરે ગરમ પીણાં, આ સર્વેની સદાને માટે સલામ કરવી! ચોખા, જાર, બાજરીની ભાખરી, પાકાં ફળ, અને સ્વચ્છ પાણી એવી સાદી ચીજો ઉપર જ તેણે પોતાનો નિર્વાહ કરવાનો હવેથી નિશ્ચય કરવો જોઇએ. સ્વાદે ચડી ગયેલા શોખિન લોકોને માટે આ પહેરજી આકરી છે ખરી, પણ પોતાના શરીરમાં પોતાની મૂર્ખતાવડે દાખલ કરેલ ગરમીનું વિષ નિર્મૂળ કરવા માટે સખ્ત પથ્ય પાળ્યા વિના બીજો ઉપાય નથી. જો ઉપદંશના દુષ્ટ રોગમાંથી અને તેની સંખ્યાબંધ પીડાઓમાંથી ઉગરવું

હોય તો એમ કર્યા વિના છુટકો નથી. આહારની સાથે સ્નાન વગેરેના ઉપયોગી નિયમો પણ બરાબર પાળવા જોઇએ. સવારમાં ઉંઘી ઉઠતાં જ કટિસ્નાન તથા પાદસ્નાન કરવું એટલે કેડ તથા પગ સારી રીતે ધોવાં. કટિસ્નાન માટે પ્રથમ કોકરવર્ણું પાણી લેવું અને પછી જરા વધારે વધારે ઠંડુ પાણી લેવું. છેવટ સહન થઇ શકે એવા છેક ઠંડા પાણીથી કેડ તથા તેની આસપાસનો પ્રદેશ નિત્ય ધોવો. પાદસ્નાન માટે શરૂવાતમાં કોકરવર્ણું પાણી લેવું, પછી વધુ વધુ ગરમ પાણી લેવું. અને છેવટ સહન થાય એવું ઉકળતું પાણી વાપરવું, અને આખા શરીરે પરસેવો છુટે ત્યાં સુધી સાથળ પર્યંત પગ બોળી રાખવા. આ સ્નાન થયા પછી છેવટ પગ ઉપર બેચાર લોટા ઠંડુ પાણી રેડીને એ કામ સમાપ્ત કરવું. આ બે સ્નાનની ક્રિયા ઓછામાં ઓછા અરધા થી પા કલાક સુધી કર્યા કરવી. દશ અગીયાર વાગે ફરી પણ એજ પ્રમાણે સ્નાન કરવું, અને પછી તરત જ આખે શરીરે સારી રીતે ચોળીને સ્નાન કરવું, અને તે પછી ખાદીના જાડા કપડાથી કે ટુવાલથી શરીરને ઘસી ઘસીને લુવું. આ કામ પોતાનાથી બરાબર ન બની શકે માટે નોકરની કે બીજા ઘરના માણસની મદદ લેવી. બની શકે તો સૂર્યના તાપમાં ઉભા રહીને શરીર કોરૂં કરવું. રાત્રે વહેલું સુવું, અને ઉંઘતા પહેલાં ઉકળતા પાણીમાં વારાફરતી બે કપડાં બોળી બોળીને કેડની આસપાસના ભાગો ઉપર તે કપડાં ઘણી વાર સુધી વીંટયા કરવાં, અને ચામડી લાલ થાય ત્યાં સુધી રાખીને પછી બંધ કરવાં, અને પછી પ્રથમ કહ્યા પ્રમાણે ઠંડા પાણીથી કટિસ્નાન કરીને સર્વ ભાગ સુકા ટુવાલ વડે કોરા કરવા અને પછી સુવું. કોઠો જડ હોય અગર મળનો અવરોધ હોય તો બસ્તિનો ઉપયોગ કરવો. ઠંડાગાર પાણીમાં ભીંજવેલ કપડાની ઘડી મસ્તક ઉપર રાખીને મગજને ઠંડુ તથા શાંત રાખવું, મન શાંત રાખવું અને બેચેની ઉત્પન્ન થાય એવા વિચારો આવવા ન દેવા. આ સર્વ નિયમો સાથે દરદીને આવા ઉત્તમ ઉપચારમાં ચાર છ માસ અગર જરૂર પડે તો એકાદ વર્ષ સુધી

રાખવો. આ પ્રમાણે યોગ્ય સમય સુધી ઉપચાર થાય તો રોગનો અમલ લાંબા વખત સુધી નહિ ટકતાં દરદીને સંપૂર્ણ તન્દુરસ્તી પ્રાપ્ત થાય. કેટલીક વાર આ ગરમીની એવી તો બારીક ફોડકી અથવા અળાઇ જેવા દાણા થાય છે કે દરદીનું તે તરફ બિલકુલ લક્ષ પણ જતું નથી. આથી, દરદી ગરમીના મહા રોગમાં સપડાયો છે અથવા ગરમીનું વિષ તેના લોહીમાં દાખલ થયું છે, એવું તેને જ્ઞાન થાય છે તે પહેલાં તો આ રોગનાં કાયમનું ઘર કરનારાં લક્ષણો શરીરમાં વ્યાપી જાય છે. આવી સ્થિતિમાં રોગીએ તન્દુરસ્તીના નિયમો વધારે બારીકાઇથી અને વધારે મુદ્દત સુધી પાળવા જ જોઇએ.

આ ગરમીના રોગમાં સપડાનારા ઘણાખરા પુરૂષો મૂળથી જ મોટે ભાગે ખરાબ વર્તનવાળા અને વ્યભીચારી હોય છે. અભક્ષ્ય એટલે ન ખાવા લાયક પદાર્થો જ્યાં ત્યાં ખાઇ લેવા, ન પીવા લાયક પીણાંઓ પીવા, તમાકુ, અફીણ અને ગાંજા ખાવા, ચાવવા કે ફુંકવા, અને બહાર રાંડોમાં ભટકવું, એવા વર્તનવાળા ઘણાખરા પુરૂષોને પરમો, ચાંદી કે ગરમી, એમાંનો એકાદ રોગ લાગુ પડેલો હોવો જ જોઇએ એમ સમજી લેવું. આવાં અનેક દુર્વર્તનોથી શરીર રોગી તો હોય છે, એવામાં ઉપદંશનો ભયંકર રોગ લાગુ પડે છે, તો તેવા દરદીએ આ ઉપદંશનો રોગ મટાડવા માટે પોતાનાં બધા દુર્વર્તનો તદ્દન છોડી દેવાં જોઇએ, તમામ વ્યસનોનો ત્યાગ કરવો જોઇએ, ઇચ્છા પ્રમાણે ખાવાપીવાની ટેવો તજી દેવી જોઇએ, અને પ્રકરણ ચૌદમામાં બતાવેલા આહાર વિહારના નિયમો સખ્ત રીતે રતીએ રતી ભાર પાળવા જોઇએ. જો આ રોગમાંથી મુક્ત થવું હોય તો તેણે આવી સખ્ત પરહેજી રાખવી જ જોઇએ.

ગરમીના દરદીએ પોતાનાં વ્રણ તથા ચાંદી વારંવાર ધોઈ સ્વચ્છ રાખવાની ખબરદારી રાખવી, તથા પોતાનાં પહેરવાનાં કપડાં અને પાટાપીંડીના લુગડાં નિત્ય ધોઈ સાફ રાખવાં જોઇએ, એટલુંજ નહિ પણ ચાંદીની રસી તથા રસીવાળાં કપડાં શરીરના બીજા ભાગો ઉપર કે

બીજા માણસોનાં શરીર ઉપર ન લાગે તેની પણ ઘણી જ સાવચેતી રાખવી જોઇએ, કેમકે આ રોગની રસી એટલી બધી ખરાબ ચેપી છે કે તે રસી કોઇ છોલાયેલ કે તતડેલ ચામડીને લાગતાં જ તે ભાગમાંથી તેનું વિષ આખા શરીરમાં પ્રસરે છે.

ગરમીના રોગવાળાએ સ્ત્રીસંબંધ કરવો કે નહિ અથવા લગ્ન કરવું કે નહિ, એ એક મહત્વનો પ્રશ્ન છે. હું કહું છું કે એવા રોગીને સ્ત્રીસંબંધ કરવાનો કે લગ્ન કરવાનો કાંઇ પણ હક્ક નથી. કુદરત એ અવિચારી કામથી દૂર રહેવાને તેને ફરમાવે છે, કેમકે ગરમીનો રોગ લાગુ પડયા પછી તે પુરુષ સ્ત્રીસંબંધ કરે છે તો તે સ્ત્રીને રોગી બનાવે છે, એટલું જ નહિ પણ કદિ બચ્ચાં થાય છે તો તેમને વારસામાં આ રોગ આપે છે. વળી ગરમીનો રોગ મટી ગયા પછી કેટલી મુદ્દત પછી સ્ત્રીસંબંધ કરવો, એ પણ વિચારવા યોગ્ય પ્રશ્ન છે. કોઇ ગરમીના રોગીનો ગરમીનો રોગ મૂળમાંથી મટયો છે કે નહિ તેનો નિર્ણય કરવો એ કામ ઘણું જ કઠણ છે. ઘણીવાર શરીર ઉપર ગરમીનું કે ચામડીના બીજા વિકારનું એક પણ ચિન્હ નહિ દેખાતા છતાં લોહીમાં ગુપ્તપણે ગરમી રહેલી જ હોય છે. ગરમીનું વિષ એકવાર આખા શરીરમાં પ્રસર્યા પછી અને તેણે ઉંડા મૂળ ઘાલ્યા પછી પારાનો બાપ આવે તોપણ તે રોગ નિર્મૂળ થતો નથી. જો તે માણસ કેટલાંક વર્ષ સુધી આરોગ્યશાસ્ત્રના સખ્ત નિયમો પાળીને પોતાની જીંદગી પવિત્રપણે ગુજારે અને સાદું ખાનપાન રાખીને આગળ કહ્યા તેવા ઉપાયો કર્યા કરે તો જરૂર ગરમી મોટે ભાગે નિર્મૂળ થાય. તથાપિ આટલી તજવીજ રાખ્યા પછી પણ આ દુષ્ટ અને દારૂણ રોગનું બીજ શરીરમાંથી તદન જાય, અને તેને જે છોકરાં થાય તેમાં એ બીજનો સંચાર ન થાય, તેની કાંઈ પણ ખાત્રી નથી. માટે નિર્ભય વાત તો એ જ છે કે આવા દુષ્ટ રોગમાંથી મુક્ત રહેવા માટે સ્ત્રીપુરૂષોએ પોતાનું વર્ત્તન પ્રથમથી જ પવિત્ર રાખવું.

નિરોગી સદાચારી અને સુંદર સંતતિ ઉત્પન્ન કરવા માટે માબા-

પોનાં શરીર તદ્દન નિરોગી, તેમનું વર્ત્તન પવિત્ર, અને તેમનો આહાર આરોગ્યશાસ્ત્રને અનુસરતો હોવાની જરૂર છે. બધી રીતે ઉત્તમ બાળકો પેદા કરવાના કાર્યમાં વિઘ્નરૂપ જે જે વર્ત્તનો આ પુસ્તકમાં જણાવવામાં આવેલ છે, તે મધ્યે બદફેલી અને તેમાંથી ઉત્પન્ન થતા પરમો, ચાંદી અને ઉપદંશ વગેરે દુષ્ટ રોગો મ્હોટા વિઘ્નનાં કારણ છે, અને હાલના સમાજનો ઘણો મોટો ભાગ આ દુષ્ટ ચેપી રોગોથી ભ્રષ્ટ થયેલો જોવામાં આવે છે. જે માબાપો પોતાની પાછળ રોગી અને બગડેલ સંતતિનો વારસો મૂકી જાય છે તેઓ સમાજને ભ્રષ્ટ અને પતિત કરે છે, અને ઈશ્વરના પવિત્ર કાયદાનું અને એ મહાન્ પિતાની ઇચ્છાનું ઉલ્લંઘન કરે છે!

પ્રકરણ ૪૮ મું.

વીર્યવિકારનાં દરદો–તેના ઉપાયો.

" The sexual organs are no more likely to become disordered than are other organs of the body, unless the laws which relate to their healthful activity are in some way transgressed.

J. H. KELLOGG M. D.

"શરીરના બીજા અવયવોની પેઠે જનન–અવયવો પણ તેમના ઉપયોગ સંબંધી નિયમોનો ભંગ થયા વિના અવ્યવસ્થિત થતા નથી."

જનનેન્દ્રિયોના વિકારો અથવા તે અવયવોની અવ્યવસ્થા કે નબળાઇ બે રીતે થાય છે. એક તો, કેલોગ કહે છે તે પ્રમાણે, જનને-

ન્દ્રિયોનો ગેરઉપયોગ કરવાથી એટલે તે ઇન્દ્રિયોના ઉપયોગના નિયમોનો ભંગ કરવાથી આ વિકારો થાય છે, અને બીજું શરીરના બીજા અવયવો કે મર્મસ્થાનોનાં રોગથી પણ જનનેન્દ્રિયો નિર્મળ બને છે. આ બીજા પ્રકારના કારણથી થનારા જનનેન્દ્રિય સંબંધી વિકારો બહુ થોડા પ્રમાણમાં અને બહુ થોડા ગંભીર હોય છે, અને ઘણું કરીને આખા શરીરની નબળાઇ દૂર થવાની સાથે એ અવયવો સંબંધી નબળાઇ પણ દૂર થાય છે. પરંતુ પહેલા પ્રકારના વીર્યવિકારો એટલે જનનેન્દ્રિયોનો ગેરઉપયોગ થવાથી થયેલા વિકારો ઘણા ગંભીર પ્રકારના હોય છે.

શરીરની અંદરની ક્રિયાઓ અવ્યવસ્થિત થવાનાં મુખ્ય ત્રણ મથકો શરીરમાં છે. ૧. મગજ, ૨. પાચનક્રિયા ઉપર અમલ કરનારા તંતુઓનાં મથકો, અને ૩. મૂત્ર તથા જનનવ્યાપાર ઉપર અમલ કરનારા તંતુઓનાં મથકો. આ ત્રણ મુખ્ય મથકોમાં છેલ્લું મથક શરીર ઉપર બહુ બળવાન અસર કરનારૂં છે. આ ત્રણે જાતના તંતુઓ અને તેમનાં મુખ્ય મથકોને પરસ્પર સંબંધ છે, તોપણ આ ત્રીજા પ્રકારના તંતુઓને પાચનક્રિયાના તંતુઓ સાથે, આખા બરડાના રજ્જુ સાથે અને તે દ્વારા મગજ સાથે સંબંધ હોવાથી તેમની સત્તા તે બધા અવયવો ઉપર ઘણી પ્રબળપણે ચાલતી જોવામાં આવે છે. આમ હોવાથી, જનનેન્દ્રિયોનાં દરદો, જો કે દેખીતાં નજીવાં લાગે છે, તોપણ તે ઘણીવાર આખા શરીરમાં અતિશય નબળાઇને ઉત્પન્ન કરે છે, તે એટલે સુધી કે, શરીરમાં કોઇ મર્મસ્થાનનો ગંભીર રોગ દરદીના સત્વને ચૂસી લે છે, એવા અભિપ્રાય ઉપર દોરાવું પડે છે.

જનન-ઇન્દ્રિયોના મજ્જાતંતુઓની નબળાઈ.

Sexual Nervous Debility or Sexual Neurasthenia.

જનનેન્દ્રિયોના મજ્જાતંતુઓની નબળાઇનાં આ દરદો પુરૂષ તેમ જ સ્ત્રી બન્ને જાતિને થાય છે, તોપણ પુરૂષજાતિ આવાં દરદોને વિશેષ પાત્ર છે, લગભગ સેંકડે ૭૫ પુરૂષો આ પ્રકારની નબળાઇની ફરિયાદ

કરતાંજ હોય છે, વીર્ય સંબંધી અને વીર્યના તંતુઓની નબળાઈની આ ૭૫ ફરિયાદોમાંની ૨૫ ફરિયાદો બીજાં દરદોથી આવેલી નબળાઇની હશે, પણ બાકીની ૫૦ ફરિયાદો તો વીર્ય વિકારની સીધી વ્યાધિઓમાંથી થયેલી હોય છે. આ આંકડા કોઇ સત્તાવાર નોંધના નથી પણ મારા અનુમાનના છે અને જે સમાજમાં હું વસું છું, વૈદકનો ધંધો કરૂં છું અને દરદોનાં કારણોનું અવલોકન કરૂં છું, તે સમાજનાં હાલનાં વર્ત્તનો, દરદો અને ફરિયાદીઓ ઉપરથી હું જે અનુમાન કરૂં છું તે ખરૂં છે, એમ હું ધારૂં છું. આ દરદનાં અનેક વિલક્ષણ ચિન્હો હોવાથી તેની ઉત્પત્તિ કોઈ બીજી શારીરિક વિકૃતિથી થઇ છે કે વીર્યના મજ્જાતંતુઓની નબળાઇમાંથી થઈ છે, તે સમજવું મુશ્કેલ થઇ પડે છે. અને આવા અજ્ઞાનને લીધે આ ફરિયાદોના મૂળ કારણનો ઉપાય કરવાને બદલે માથું દુઃખે છે એટલે માથાના દરદનો, માથામાં ચકરી આવે છે એટલે ચકરીનો, હાથપગ ઢીલા કે જુઠા જેવા થાય છે ત્યારે હાથપગના વાનો, બરડો દુઃખે છે ત્યારે બરડાનો, કેડ દુઃખે છે ત્યારે કેડનો, આખા શરીરમાં દરદ ફરતું ફરે છે ત્યારે વાનો, અજીર્ણ રહે છે ત્યારે અજીર્ણનો, ઇત્યાદિ એક એક દરદનો કારણ સમજ્યા વિના—ઉપાય કરવાની સર્વત્ર ભરમાર ચાલી રહી છે, અને એ જુદી જુદી ફરીયાદ કયા કારણમાંથી થઈ છે. તેનો કશો વિચાર કે ઉપાય થતો નથી. આટલા માટે પ્રથમ તો વીર્ય સંબંધી મજ્જાતંતુઓની નબળાઇનાં અનેક લક્ષણ જાણવાની જરૂર છે.

લક્ષણો—માથાનાં દરદ તથા બીજાં અસુખનાં ચિન્હો, માથાના પાછલા ભાગમાં દબાણ, કપાળમાં અણગમતો ભાર, બુદ્ધિનું જડપણું, વિચારોમાં ગુંચવણ, સમયસૂચક વિચારની ગેરહાજરી, ગેરહાજર મન, મનમાં અનેક પ્રકારનો ભય, સ્વભાવનું ચીડીઆપણું, પ્રકૃતિની હઠીલાઈ, સ્વભાવની અસ્થિરતા અને ચંચળતા, આંખના ડોળાની નાજુકાઇ, આંખે તેજનું અસહનપણું, આંખો આગળ ડાઘ

જેવી નિશાનીઓ દેખાવી, માથામાં તમર, કાનમાં ગર્જના અથવા કાંઇ પણ અવાજ, શરીરના જુદા જુદા ભાગમાં સ્નાયુઓમાં સણકા-દરદ, હાથપગમાં બહેરાશ, બરડાની કરોડમાં નબળાઈ, પીઠમાં દરદ, કેડમાં દરદ, આખા શરીરમાં ફરતું દરદ, અજીર્ણનાં અનેક ચિન્હો, આંતરડાંની ક્રિયા મંદ પડવી, પેસાબ જોઇએ તેથી ઓછો અથવા જોઇએ તેથી વધારે થવો, અને સંભોગની જોઇએ તેથી વિશેષ ઇચ્છા અથવા એથી ઉલટી સ્થિતિ એટલે ઇચ્છાનો નાશ. જે સંખ્યાબંધ લક્ષણો દરદીને બહુ સતાવે છે અને તેને કંગાલ બનાવી દે છે, તેમાંનાં આ તો માત્ર થોડાં જ લક્ષણો છે. જ્યારે કોઇને આમાંની કાંઈ ફરિયાદો માલમ પડે ત્યારે તેણે તે ફરિયાદોનો ઉપાય કરવાને દોડવા પહેલાં તે ફરિયાદોના કારણનો પ્રથમ વિચાર કરવો અને જો તેનું કારણ વીર્યવિકારમાં કે વીર્યનાં મજ્જાતંતુઓની નબળાઇમાં માલમ પડી આવે તો તે મજ્જાતંતુઓને સુધારવાના ઉપાયો કરવા. આ ફરિયાદોનાં કારણો નીચે પ્રમાણે છે:—

કારણો—આ દરદનાં અનેક કારણોમાંનાં મુખ્ય કારણો નીચે પ્રમાણે છે:–હસ્તમૈથુનથી એટલે હાથના ઉપયોગની કુટેવ નાનપણમાં પડે છે અને જુવાની આવતાં સુધી તે કુટેવ જારી રહે છે તેથી, અથવા મોટી ઉમરે એ ટેવ પડીને લાંબા વખત સુધી રહે છે તો તેથી, અને સ્ત્રીસંબંધમાં અંદાજો નહિ રાખતાં હદ ઉપરાંત સંબંધ રાખવાથી મજ્જાતંતુઓ નબળા પડે છે; ઘણીવાર એવું પણ બને છે કે, નાનપણની હસ્તમૈથુનની કુટેવમાંથી મજ્જાતંતુઓ હદથી જાદે ઉશ્કેરાયલા બને છે અને તેથી પણ સ્ત્રીસંબંધની વારંવાર ઇચ્છા થાય છે. આ ઇચ્છાને કેટલાક અવિચારી અને અણસમજુ પુરૂષો પુરૂષાર્થ માનતા જણાય છે, પણ ખરૂં જોતાં તે ખરા પુરૂષત્વનું લક્ષણ નથી પણ નબળાઇનું લક્ષણ છે. અતિ વિષયસેવનની લાલસા એ પણ એક રોગ છે અને તે રોગ વારંવાર હસ્તમૈથુનની કે અતિ વિષયસેવનની ખરાબ લતનું પરિણામ હોય એમ પણ જોવામાં આવે છે.

ઉપચાર—જનનેન્દ્રિય સંબંધી મજ્જાતંતુઓના દરદમાં સ્ત્રી-પુરૂષના જાતિધર્મો (Sexual Hygiene) નું ઉલ્લંઘન કરવાથી થનારા સર્વ સ્થાનિક વિકારોને મટાડવાની તેમજ મજ્જાતંતુઓની ગુમાવેલ શક્તિને પાછી લાવવાના અને શરીરની સામાન્ય આરોગ્યતાને પુનઃ પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાયો કરવાની જરૂર છે. **વ્યાયામ-કસરત**—કસરત એ તંતુઓને માટે ઘણું જ ઉત્તમ પૌષ્ટિક ઔષધ (nerve tonic) છે, એટલું જ નહિ પણ તે ઉશ્કેરાયલી નસોને શાંત પાડે છે. થાક લાગે ત્યાં સુધી ખુલ્લી નિર્મળ હવામાં ફરવું, એ સર્વેથી ઉત્તમ કસરત છે. પાણીમાં તરવાની કસરત તેથી પણ વધારે સારી છે. કસરતના સર્વ નિયમો ધ્યાનમાં રાખીને કરવામાં આવે તો સર્વ પ્રકારની કસરત આ દરદમાં ફાયદો કરે છે. **ખોરાક**—આ દરદમાં ખોરાક ઉપર ખાસ લક્ષ આપવાની જરૂર એટલા માટે છે કે વીર્યતંતુઓ નબળા થવા ઉપરાંત પાચન કરનારા અવયવોના તંતુઓ પણ નબળા થયા હોય છે. ખોરાક જોઇએ એટલો, સારી જાતનો, પણ મિતાહારપણે લેવો જોઇએ; ઓછા પ્રમાણમાં લેવો જોઇએ. નસોને ઉશ્કેરનારો બધો ખોરાક છોડી દેવો; ચા, કૉફી અને બીજાં ઉત્તેજક અને માદક પીણાંઓ તેમજ દરેક પ્રકારનો તમાકુનો ઉપયોગ તદ્દન છોડી દેવો જોઈએ. ખોરાકમાં મુખ્ય કરીને ફળો અને ઘઉં, બાજરી, ચોખા, વગેરે અનાજ, અને પુષ્કળ તાજું દુધ. ઉંચી જાતનાં શાક તરકારી પણ માફકસર ખાવાં. રોજ બે વાર જ જમવું અને ચોકસ કલાકોને અંતરે જ જમવું. બનતાં સુધી ખોરાક રાત્રે ન લેવાય તો વધારે સારૂં. **ઉંઘ**—નિયમિત અને પુરી ઉંઘની જરૂર છે. રાતે સારી ઉંઘ નહિ આવવાથી દરદી સવારે લોથપોથ અને બેચેન થઇને ઉઠે છે. અવ્યવસ્થિત ઉંઘથી સ્વપ્નાં પણ બહુ આવે છે અને સ્વપ્નાંમાં વીર્યપાત પણ થઇ જાય છે. **સ્નાન**—સવારનું સ્નાન ઠંડા ગાર પાણી કરતાં કાંઇક કોકરવર્ણું કે શરીરની ગરમી કરતાં જરા ઓછી ગરમી આપેલ પાણીથી સ્નાન કરવું, તે વધારે ઠીક છે. સહન થાય તો ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરવું.

નબળા પડેલા મજ્જાતંતુઓનો સંબંધ બરડાની કરોડરજ્જુ સાથે હોય છે, માટે બરડાની કરોડ ઉપર સહન થાય એવા ગરમ પાણીમાં વાદળી બોળીને શેક કરાવવો. થાક તથા વાંસાની ફાટને દૂર કરવા માટે આના જેવો બીજો એક પણ અસરકારક ઈલાજ નથી. એક વાર ગરમ પાણીનો અને એક વાર ઠંડા પાણીનો એમ અરધી અરધી મીનીટે શેક આપવાથી વધારે સારી અસર થાય છે. અથવા ગરમ પાણીની બરડા ઉપર પ્રથમ ધાર કરવી અને પછી ઠંડા પાણીમાં કપડું બોળી નીચોવીને તે કપડું બરડા ઉપર મુકીને ઘસવું. ગરમ પાણીની ધારથી ચામડી લાલ થયેલી હોય છે તે લાલાશ મટે ત્યાં સુધી આ ઠંડું પોતું ઘસવું, અથવા ઠંડા પાણીમાં હાથ બોળીને હથેલીવતી ઘસવું. આ વાંસાનો શેક દરદીથી પોતાથી નહિ બની શકે માટે ઘરના કોઈ પણ બીજા માણસની મદદ લેવી.

વીર્યસ્રાવ.

SPERMATORRHEA.

ખરૂં જોતાં, વિષયસુખનું ઉત્તેજન થયા વિના, ઇચ્છા વિના અને અસાવધાનપણે જે ધાતુસ્રાવ થાય છે, તેનું નામ વીર્યસ્રાવ અથવા "સ્પર્મેટોરિઆ" છે. પણ લોકોમાં સર્વ પ્રકારના સ્રાવને 'ધાતુસ્રાવ' નામ આપવાનો ચાલ પડયો છે, માટે અત્રે પણ સર્વ પ્રકારના ધાતુસ્રાવનો આમાં સમાવેશ કર્યો છે. 'વીર્યસ્રાવ' એ વૃષણની ગોળીનો રોગ નથી; અને કોઇ વખત જનનેન્દ્રિયના રોગ વિના પણ વીર્યસ્રાવ થાય છે. ઇચ્છા વગરના સર્વ પ્રકારના વીર્યસ્રાવ જનનેન્દ્રિય ઉપર અમલ ચલાવનારા તંતુઓના તપવાથી થાય છે. સ્ત્રી પુરૂષના સંબંધ ધર્મનો ગેરઉપયોગ કરવામાંથી આ સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે. બસ્તીમાર્ગ (Urethra) માં ગરમી વધવાથી આ સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે; મૂત્રનળીનું આ સ્થાન જ્ઞાનતંતુઓથી ભરપૂર છે, અને આસપાસમાં એવા સ્નાયુઓ છે કે જે બહાર ધકેલવાનું કામ કરે છે.

તેથી આ સ્નાયુઓ સંકોચાય છે એટલે વીર્યસ્ત્રાવ થાય છે. આ 'વીર્યસ્ત્રાવ' ના દરદના મુખ્ય બે પ્રકારો છે અથવા તેની બે સ્થિતિ છે. આ બન્ને સ્થિતિ રોગના વધારા સાથે અનુક્રમે પ્રાપ્ત થાય છે કે તે બન્ને સ્થિતિ સાથે પણ હોઇ શકે છે. ૧. નિદ્રાવસ્થાનો વીર્યપાત, ૨. જાગૃતાવસ્થાનો વીર્યસ્ત્રાવ. આ સિવાય પણ વીર્યસ્ત્રાવ થઈ જવાનાં બીજાં અનેક કારણો વારંવાર બને છે તો તેથી પણ વીર્ય સંબંધી અશક્તતા આવી જાય છે; જેમકે માનસિક વ્યભિચાર એટલે મનમાં સ્ત્રીસેવન સંબંધી બહુ વિચારો કરવાથી તેમજ પરાઇ સ્ત્રીઓ સાથે વિષય વૃત્તિની વાતો કરવાથી તથા તેમનો સહવાસ રાખવાથી વીર્ય ઉશ્કેરાઇને ઝરવા લાગે છે. ઘણા વખત સુધી આવી સ્થિતિમાં રહેવું એ ઘણું જ જોખમ ભરેલું છે. માટે આવો માનસિક વ્યભિચાર છોડી દઇને મનને નિરંતર પવિત્ર રાખવું;

ઉંઘમાં વીર્યપાત.

NOCTURNAL POLLUTIONS.

આ દરદ જુવાન પુરૂષોમાં હાલમાં ઘણું સાધારણ થઇ પડેલું જોવામાં આવે છે અને તેથી ઉંટવૈદોને અને ન્યુસપેપરોને તડાકો ચાલે છે. આ દરદનાં બીજાં લક્ષણો મજ્જાતંતુની નબળાઇનાં જેવાં જ હોય છે. સ્પષ્ટ લક્ષણ એ છે કે રાત્રે ખરાબ સ્વપ્નું આવીને કે વગર સ્વપ્ને ઉંઘમાં વીર્યપાત થઇ જાય છે. સિવાય સ્થાનિક દરદો, જેમકે પેસાબના રસ્તામાં ગરમી અથવા બળતરા, પેસાબ કર્યા પછી મૂત્ર ટપકવું, વૃષણમાં તથા કેડમાં દરદ, વારંવાર દરદ સાથે ઉશ્કેરણી (erections) અથવા એથી ઉલટી સ્થિતિ એટલે અવયવોનું ઢીલાપણું, એ લક્ષણો હોય છે. લાંબે અંતરે ઉંઘમાં સ્વપ્નુ આવીને વીર્ય જાય અને તેની શરીર ઉપર કાંઇ નબળાઇ ન માલમ પડે તો તેને કાંઇ દરદ ગણવું નહિ. આ દરદવાળો દરદી ઘણો નાહિમત,

નિરાશ અને ભયભીત બની જાય છે, અને કેટલીક વાર મગજ પણ ફટકી જાય છે, અથવા આપઘાત કરી બેસે છે.

ઉપાય અને વૈદક સલાહ—આ જાતના દરદીઓને યોગ્ય સલાહ થોડા જ વૈદો કે ડાક્ટરો પાસેથી મળે છે. ઘણા ખેદની વાત છે કે ઘણે ઠેકાણેથી તો આવા દરદીઓને ઉંધી અને નુકસાનકારક સલાહ મળે છે. કેટલાકને એવી સલાહ મળે છે કે જુવાનીમાં વીર્ય-પાત થાય એ સ્વભાવિક છે, માટે તે થવા દેવો; કેટલાકને એવી સલાહ મળે છે કે સ્વપ્નનો વીર્યપાત અટકાવવા માટે સ્ત્રીસંબંધ કરવો, અને તે માટે સ્ત્રી ન હોય તો પરણવું અથવા બીજી રીતે રસ્તો શોધી લેવો. આ બધી સલાહ ઘણી જ હાનિકારક છે. વીર્યપાત થવો એ બીલકુલ સ્વાભાવિક નથી; પણ એક પ્રકારનો વિકાર જ છે, અને તે વિકાર ઉપલી સલાહ પ્રમાણે વર્ત્તવાથી ;બિલકુલ દૂર થતો નથી. આ જાતનાં દરદો મટાડવામાં મોટી મોટી દવાઓની જરૂર નથી, પણ બહુ અક્કલ ભરેલી અને અનુભવ ભરેલી યોગ્ય સલાહની જરૂર છે. મોટા મોટા તબીબોએ ખાત્રી કરી છે કે આવાં દરદોમાં દવાઓ કાંઈ સારી સંતોષકારક અસર કરતી નથી. દિવસમાં કરેલા વિચારો પ્રમાણે રાત્રે સ્વપ્નાં આવે છે. સ્વપ્નુ મોટે ભાગે દિવસે સેવેલા વિચારોનો પડઘો છે, માટે દિવસે સર્વ વિકારવાળા અને અપવિત્ર વિચારોમાંથી મનને મુક્ત રાખવું; બીજી અગત્યની સૂચના એ છે કે, નઠારા વિચારો સામે મનને રોકવું; દિવસે આવા નઠારા વિચારો તરફ જનારી ઇચ્છાના ઉપર પ્રબળ અંકુશ મુકવો, અને એ ઇચ્છાની શક્તિ વધારતા જવું. આથી રાતનાં સ્વપ્નાં બંધ થશે, એ-ટલું જ નહિ પણ વીર્યપાત થતા પહેલાં જાગૃતિ આવી જશે. ઘણું કરીને અતિ બગડેલ મનવાળા અને અતિ વિષયી પુરૂષો કે જેમનાં શરીર અને મન નઠારા વિચારોના અને વિકારોના નિરંતરના ભોગ થઈ પડેલા હોય છે તેમના ઉપર ઇચ્છા શક્તિ બહુ અસર કરી શ-કતી નથી. તોપણ આગ્રહ સાથે મંડયા રહેવાથી મન કાબુમાં આવી

શકે છે. સારા વિચારો સેવવા સાથે તેમણે મારા સભ્ય લોકોની સોબતમાં રહેવું જોઇએ. ખાનપાન એ આ દરદને દૂર કરવાનો અગત્યનો બીજા નંબરનો ઉપાય છે. દરદીઓ આ વાત તરફ બીલકુલ લક્ષ આપતા નથી અને ઉપચારકો પણ એ વાત તરફ દરદીઓનું ઘણું ઓછું લક્ષ ખેંચે છે. ખાનપાન પોષણવાળું જોઇએ પણ તદન સાત્વિક જોઇએ; ગરમ કે લોહીને અગર વીર્યને તપાવે અથવા ઉશ્કેરે એવું બિલકુલ નહિ હોવું જોઇએ; અને ચૌદમા પ્રકરણમાં તથા વીર્યસ્રાવના દરદમાં જણાવેલા ઉપચારો કરવા જોઇએ.

પ્રકરણ ૪૯ મું.

વંધ્યત્વ તથા નપુંસકત્વ.

॥ प्रजां प्रजनयस्व ॥ पुत्रांश्चोत्पाद्य धर्मतः ॥ मनुः ॥

"પ્રજાને ઉત્પન્ન કરો." "ધર્મથી પુત્રોને ઉત્પન્ન કરીને–"

વંધ્યત્વ—અગાઉ કહેવામાં આવ્યું છે કે, પ્રજાને ઉત્પન્ન કરવી, એ સ્ત્રીપુરૂષોનો અથવા ગૃહસ્થાશ્રમી લોકોનો ધર્મ છે; મનુ કહે છે કે, "પુત્રોને ધર્મથી ઉત્પન્ન કરીને તમારો ગૃહસ્થાશ્રમ ચલાવો." પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાના ઇશ્વરે સ્ત્રીપુરૂષોમાં ધર્મો–ગુણો મૂકેલા છે, અને તેથી સિદ્ધ થાય છે કે ઉત્તમ સંતતિ ઉત્પન્ન કરવી એ મનુષ્યોનો ધર્મ છે. ગૃહસ્થાશ્રમી લોકોને સંતતિ થવી, એ ધર્મ અથવા સ્વભાવ છે. સંતતિ ન થવી એ સ્વભાવથી વિરૂદ્ધ છે, અધર્મ છે, રોગ છે. વંધ્યત્વ તથા નપુંસકત્વ એ બે પ્રજાને ઉત્પન્ન કરવાના કાર્યમાં પ્રતિબંધક સ્થિતિ છે અથવા રોગ છે. આ સ્થિતિ શી રીતે પ્રાપ્ત થાય છે,

તે પાછલાં પ્રકરણોમાં કરેલા વર્ણનથી તથા અડતાલીસમાં પ્રકરણમાં લખેલા વીર્યવિકારોવાળી સ્થિતિથી પણ જાણવામાં આવ્યું હશે.

કારણો તથા ઉપાય—૧. અનુવંશિક—એટલે વારસામાં ઉતરતું કારણ, અને **૨. રોગ.** રોગનો યોગ્ય ઉપચાર થાય છે તો આ સ્થિતિ દૂર થઈ શકે છે. સ્ત્રીઓને છોકરાં થતાં નથી એટલે વાંઝણી રહે છે ત્યારે ઘણીખરી સ્ત્રીઓ એમ સમજે છે કે " અ-મારા નસીબમાં છોકરાં નથી, ઇશ્વરની એવી ઇચ્છા હશે " અને એમ ધારીને તેઓ તેનાં વાસ્તવિક કારણોનો વિચાર પણ કરતી નથી. સ્ત્રીઓ વાંઝણી રહે, એવી ઇશ્વરની ઇચ્છા હોય જ નહિ, કેમકે ઇશ્વરે તો સ્ત્રીઓને પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાના ધર્મો આપ્યા છે. આ વિષયમાં સ્ત્રીઓ કાંઇ જ્ઞાન ધરાવતી થાય તો તેઓ સમજી શકે કે **'વંધ્યત્વ'** એ સ્થિતિ મોટે ભાગે શારીરિક રોગથી જ થાય છે. છોકરાં થવાને માટે બે સ્થિતિ જરૂરની છે. તે બે સ્થિતિમાંની એક સ્થિતિ એ છે કે, સ્ત્રીને જુવાનીની પક્વ સ્થિતિ પ્રાપ્ત થવી જોઇએ; અને બીજી સ્થિતિ એ છે કે, તેનું દસ્તાન બંધ નહિ પડવું જોઇએ. ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રના નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરવાથી આ બે સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે. નવી વિવાહિત સ્ત્રી સાથે ઉચ્છૃંખલપણે વિષયસેવન કરવાની બુરી આદત એ આ સ્થિતિનું મુખ્ય કારણ છે. સ્ત્રીપુરૂષોએ ગૃહસ્થ-શ્રમમાં પડયા પહેલાં જ દાંપત્યધર્મો અને ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રના નિયમો જરૂર જાણવા જોઇએ. આ જરૂરના જ્ઞાન વિના આ સ્થિતિ કદી પણ સુધરવી નથી. વિષયસેવનના અત્યાચારથી જ સ્ત્રીઓ રોગી, દુર્બળ અને અલ્પાયુ થાય છે. માટે સ્ત્રીઓને વંધ્યત્વ સ્થિતિ ન આવે તેનો મુખ્ય ઉપાય તો એ છે કે, તેમના આરોગ્યને હાનિ ન પહોંચે, તેમની શરીર સ્થિતિ ખરાબ ન થાય તથા તેમનાં દસ્તાનનાં કષ્ટસાધ્ય દરદો ન થાય, તેની તજવીજ રાખવી, અને એજ તેનો ખરો ઇલાજ છે.

અતિ વિષયસેવનથી ઘણી વાર ગર્ભાશયનો દાહ થાય છે, અને તે દાહ કાયમનો થઇને રહે છે, તેથી સ્ત્રી પુરૂષબીજને ધારણ કરી

શકતી નથી. એ વાત અગાઉ પણ જણાવવામાં આવી છે. માટે વાંઝીયાપણાનો અટકાવ કરવા માટે જુવાન સ્ત્રીપુરૂષોએ જુવાનીમાંથી જ પોતાના લગ્ન વ્યવહારોમાં બહુ અંદાજે રાખવાની જરૂર છે. આવા અત્યાચારથી અનેક જુવાન સ્ત્રીઓને એકાદ છોકરૂં થયું ન થયું એટલામાં તેમનાં ગર્ભાશય બગડે છે અને ગર્ભધારણનો અટકાવ થાય છે. મારી પાસે આવા વાંઝીયાપણાના ઘણા કેસો આવી ગયા છે અને મને તેમની આ અસ્વાભાવિક સ્થિતિનાં આવાં જ કારણો માલમ પડેલાં છે. એટલુંજ નહિ, પણ એ કારણો દૂર કરવાના ઉપાયો કરવાથી તેમને ફરી ગર્ભ રહેલો છે; દશ દશ વર્ષ સુધી ગર્ભધારણ બંધ રહ્યા પછી પાછો ગર્ભધારણ ચાલતો થયો છે. આ વંધ્યત્વના ઉપચારમાં મુખ્ય બે વાતો ઉપર મેં લક્ષ રાખ્યું હતું. એક તો ગર્ભાશયનો દાહ અથવા ગર્ભાશયનો વિકાર દૂર કરવા પુરતા ખાનપાનની અને સામાન્ય ઔષધોપચારની મેં તજવીજ રખાવી હતી; અને બીજુ, ચોક્સ મુદ્દત સુધી ગર્ભસ્થાનને વિશ્રાંતિ આપવા માટે બ્રહ્મચર્ય પાળવાની આજ્ઞા કરવામાં આવી હતી. આ બન્ને ઉપચારોમાં સફળતા મળી હતી. હું ખાત્રીથી માનું છું કે વંધ્યત્વની ઘણીખરી ફરિયાદો યોગ્ય ઉપચારથી દૂર થશે.

કારણો—વંધ્યત્વનાં સામાન્ય કારણો આ પ્રમાણે છેઃ— અતિ વિષયસેવનથી થયેલ ગર્ભાશયનો દાહ, અતિ પ્રદર, ગર્ભાશયના મોંમાં વ્રણ, ગર્ભાશયની વક્રતા–કમળ ફરી જવું, ગર્ભાશયમાં ગ્રંથી, ગર્ભાશયમાં વિદ્રધિ, ઇત્યાદિ સ્ત્રીઓનાં ખાસ દરદોથી અને તેના કારણોથી ગર્ભ રહેતો નથી; અને આ બધી સ્થિતિ આહાર વિહાર સંબંધી અજ્ઞાનમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે. પ્રકરણ સુડતાળીસમામાં સ્ત્રીઓના આ સર્વ વિકારોના ઉપચારો આપવામાં આવેલા છે, જેથી અત્રે એ ઉપાયો ફરીથી આપવાની જરૂર નથી.

નપુંસકપણું—પુરૂષોમાં પુરૂષાતન સંબંધી ઓછી વધતી ખામી અથવા કમીપણાને આ નામ આપવામાં આવ્યું છે. કેટલાક પુરૂષો

જન્મથી જ નપુંસક હોય છે; કેટલાક પુરૂષો જન્મની ખોડવાળા હોતા નથી તોપણ પાછળથી કાંઇ કારણોથી સ્ત્રી વ્યવહારમાં મુદ્દલ અશક્ત બને છે; કેટલાક પુરૂષો જોઇતા સમય સુધી વીર્યનો ટકાવ રાખી શકતા નથી અને નિષ્ફળ જાય છે; કેટલાક પુરૂષોને વીર્યનો સ્ત્રાવ મુદ્દલ થતો જ નથી. આ બધાં ઓછાં વધતાં નપુંસકપણાનાં લક્ષણો છે. આ નપુંસકપણું મોટે ભાગે પુરૂષોના દુર્વર્તનનું જ પરિણામ હોય છે. કેટલાક સમય સુધી સ્ત્રીસંબંધ હદથી જાદે થવાથી પુરૂષની તાકાદ કમી પડી જાય છે, અને શરીરનું બળ એટલું બધું ઓછું થાય છે કે તેના વીર્યમાં પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાનું સામર્થ્ય રહેતું નથી. આવા પુરૂષો ધાતુપૌષ્ટિક દવાઓ અને પાકો પાછળ ફાંફાં મારે છે, પણ કાંઈ વળતું નથી; કેમકે વીર્યનો ક્ષય કરવાનું દુર્વર્તન તો ચાલુ જ હોય છે. આ જાતની કમતાકાદ મટાડીને ગયેલું પુરૂષત્વ પાછું મેળવવાનો સારો અને સાચો રસ્તો એક જ છે. તે રસ્તો એ છે કે, અતિયોગથી થાકી ગયેલા અને લગભગ જુઠા પડી ગયેલા વીર્ય તંતુઓને વીસામો આપવો જોઇએ અને એક વરસથી બે વરસ સુધી તેણે સખ્ત બ્રહ્મચર્ય પાળવું જોઇએ અને ચૈાદમા પ્રકરણમાં બતાવેલા આહાર વિહારના નિયમો પાળવા જોઇએ.

કેટલીક વાર ક્ષણિક એટલે અમુક બનાવથી નામર્દપણું અથવા શિથિલપણું આવી જાય છે. માનસિક શ્રમ, ચિંતા, કે ભયથી આમ બને છે. આવું બને ત્યારે માનસિક શ્રમને ઓછો કરવો અને મનને યોગ્ય વિશ્રાંતિ આપવી, એટલે વીર્યાશય સાથે સંબંધ રાખનારા વીર્યના તંતુઓ પાછા સતેજ થશે. સ્ત્રી પ્રત્યે અભાવ થવાથી પણ કોઇ કોઇ વાર આ સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે, કોઇ વાર ગોળી કોથળીમાં ઉતરેલી નહિ હોવાથી તેમાંથી પણ નપુંસકપણું ઉત્પન્ન થાય છે. આંતરડું વધવાથી તેને દબાવવા માટે પટો રાખવાની જરૂર પડે છે, અને તે પટાના દબાણથી પણ વીર્યના માર્ગનો અટકાવ થાય છે. ગોળીની અંદરની રજ્જુ (દોરડીઓ) ની શીરાઓ ફુલવાથી (વેરી-

કોસીલ નામના દરદથી) પણ પુરૂષમાં નામર્દી આવે છે. આવું બને ત્યારે શીંકા જેવી કોથળી બાંધીને વૃષણને ટેકો આપવો, સ્નાન વગેરેની સ્વચ્છતા રાખવી અને આહાર વિહારના નિયમો પાળવા, ઇત્યાદિ તજવીજ રાખવાથી સુધારો થશે. મૂત્રદ્વારમાં ગાંઠ પડે ત્યારે વીર્યનો અટકાવ થાય છે. આવો રોગ હોય છે ત્યારે સ્ત્રીસંબંધ થાય છે ખરો, પણ મૂત્રનળીની ગાંઠને લીધે વીર્ય બહાર આવતું નથી, જેથી સંબંધ પૂર્ણ થયા પછી, ટીંપે ટીંપે વીર્ય ઝરવા લાગે છે અથવા પાછું મૂત્રાશયમાં જાય છે. મૂત્રમાર્ગની ગાંઠનો ઉપાય થાય તો આ કારણ દૂર થઇ શકે.

શરીરનું જાડાપણું અથવા મેદરોગ એ પણ નપુંસકપણાનું કારણ બને છે. સ્ત્રી પણ મેદથી બાલી ગઇ હોય તો તે ગર્ભધારણ કરી શકતી નથી. એવી જ રીતે પુરૂષનું વીર્ય પણ ગર્ભાધાનને લાયક રહેતું નથી. આવી જાતના નપુંસકપણામાં પૈષ્ટિક દવાઓ અને પૈષ્ટિક ખોરાક ઉલટો મેદનો વધારો કરે છે, એવા પુરૂષે તો છેક સાદો અને હલકો ખોરાક લેવો જોઇએ; નિત્ય શરીર ચોળી ઘસીને સ્નાન કરવું જોઇએ, તથા ખુલ્લી હવામાં સારી રીતે નિત્ય ફરવું જોઇએ. આવા નિયમોથી રહેવાથી કેટલાક કાળે મેદ ઓછો થાય તો પુરુષત્વ પાછું મળે.

નપુંસકપણું તથા વંધ્યત્વનાં બીજાં કારણો—જન્મથી જ અવયવોની ખામી અથવા જન્મથી જ બીજમાં નપુંસકપણું પ્રાપ્ત થયેલું હોય છે; તેમ જ સ્થાનિક રોગો, જે વિષે અગાઉ વર્ણન કરવામાં આવ્યું. આ ઉપરાંત કેટલાક બીજા મહાવ્યાધિઓ થવાથી પણ સ્ત્રી પુરૂષોના બીજ ગર્ભધારણને માટે અશક્ત બને છે. એવા રોગમાં મુખ્ય રોગો આ પ્રમાણે છેઃ—ડીસ્પેપસ્યા એટલે અજીર્ણ રોગ, કે જે જીર્ણ રૂપે શરીરમાં ઘર કરે છે અને શરીરને ઘસી નાખે છે, તથા વીર્યનો ક્ષય કરી નાખે છે, તે રોગવાળાં સ્ત્રીપુરૂષો ગર્ભધારણ કરી શકતાં નથી. લકવો અથવા શરીરના અવયવો જુદા પાડવા, એ

રેાગમાં વીર્યનાં મજ્જાતંતુઓ પેાતાનું કાર્ય બરાબર બજાવી શકતા નથી, માટે લકવાવાળેા દરદી પણ પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાને લાયક રહેતેા નથી. મધુપ્રમેહ, ગુરદાનેા વરમ અને વૃષણની ગેાળીના રેાગવાળા દરદીએા પણ એાછા વધતા નપુંસક બને છે, એટલે કે તેએાના વીર્યમાં–બીજમાં–સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાનું સામર્થ્ય રહેતું નથી. આ રેાગી તદ્દન નિર્મૂળ થાય છે તેા તેએા પ્રજા ઉત્પન્ન કરવા લાયક થાય છે; માત્ર મધુપ્રમેહ જ બીજને બગાડે છે એમ નહિ સમજવું. પ્રમેહ અથવા પરમેા કે જે દુષ્ટ ચેપથી થયેલેા હેાય છે તે રેાગવાળા પુરૂષનું બીજ પણ સંતતિને માટે નાલાયક થાય છે. પરમાના ઘણાક રેાગીને છેાકરાં થતાં નથી અને તેમાં સ્ત્રી કરતાં પુરૂષની જ ખામી હેાય છે. કેાઈ કેાઇ પરમાવાળાને કદિ સંતતિ થાય છે તેા તે એાછી વધતી રેાગી થાય છે.

અત્રે ફરીથી ડાંડી પીટીને કહેવું પડે છે કે, સંતતિની ઇચ્છા કરનારાં માબાપેાએ મરજી પ્રમાણે વર્ત્તવું નહિ જ જોઇએ. તેમણે અન્ન શાક ફળનેા સાદેા આહાર કરવેા અને જીવનક્રિયા ચાલતી રાખવા પુરતેા જ ખેારાક ખાવેા જોઇએ. વળી ખુલ્લી હવામાં ફરવું, વસવાના તથા સુવાના એારડામાં ખુલ્લી હવા તથા સૂર્યનેા પ્રકાશ આવે એવી તજવીજ રાખવી, અને રેાજ એક બે વાર શરીરને સારી રીતે ચેાળીને સ્નાન કરવું, નિયમિત વખતે ખાવું પીવું તથા સૂવું, કેાઇ પણ પ્રકારના વ્યભિચારથી કે અયેાગ્ય અવ્યવસ્થિત વર્ત્તનથી દૂર રહેવું, અને પેાતાની ધર્મપત્ની સાથે પ્રેમાળપણે, પવિત્રપણે અને નિયમિતપણે વર્ત્તવું, જેથી સંસારયાત્રા સફળ થયા વિના રહે જ નહિ, ઉત્તમ સંતતિ પ્રાપ્ત થયા વિના રહે જ નહિ અને જીંદગી સુખમય થયા વિના રહે જ નહિ ! તથાસ્તુ !

પૂરવણી.

પ્રકરણ ૫૦ મું.

દુષ્ટ વારસો!

"The child who inherits from its parents a frail and feeble constitution, incompetent to cope with the exgencies of life, has an evil heritage for which no amount of money, good name, or worldly wealth can possibly compensate."

J. H. KELLOGG M. D.

"જીંદગીનાં જોખમોને પહોંચી વળવાને અશક્ત એવા નબળા અને માંદા શરીરનો વારસો પોતાનાં માબાપ પાસેથી મેળવનાર બાળકને એક એવો ખરાબ વારસો મળેલો છે કે જેનો બદલો દ્રવ્યની કોઇ પણ મોટી રકમથી, અથવા દુનિયાની દોલતથી વળી શકતો નથી."

બહેનો અને ભાઇઓ! સારી સંતતિ ઉત્પન્ન કરવા સંબંધી ઘણી અગત્યની વાતો પાછલાં પ્રકરણોમાં કહેવામાં આવી છે. પ્રથમ જણાવ્યા પ્રમાણે, પરણ્યા પછી બચ્ચું ઉત્પન્ન કરવાની તમોને સ્વાભાવિક ઇચ્છા થાય છે અને તેને માટે ઘણું દ્રવ્ય, સારાં ઘર, અને સારી ચીજોનો વારસો મૂકી જવાની પણ તમોને સ્વાભાવિક ઇચ્છા થાય છે, પણ આ વસ્તુઓનો ઉપયોગ અથવા ઉપભોગ કરવાને માટે તમારૂં બાળક લાયક હશે, તો જ તે વસ્તુઓ તેને કાંઇ પણ ઉપયોગી નથી. તમારા તરફથી તમારાં બાળકોને જે ઉત્તમોત્તમ અને સૌથી

ઉપયોગી વારસો મુકી જવાનો છે તે શું છે, તે તમો જાણો છો ? આ સૈાથી ઉત્તમ વારસો તે તમારાં બાળકનું મજબુત અને નિરોગી શરીર છે. તમો તમારાં બાળકોને માટે ગમે એટલું ધન મૂકી જશો, તમો તમારાં બાળકો માટે મોટી મોટી ઇમારતો અને હવેલીઓ મૂકી જશો, તમે તમારાં બાળકો માટે સુંદર વસ્ત્રાલંકાર મૂકી જશો, તમે તમારાં બાળકો માટે તમારૂં મોટું નામ મૂકી જશો, તે બધું ભલે મુકી જાઓ, પણ જો તમે તેમને વારસામાં તન્દુરસ્ત શરીર નહિ આપી જાઓ તો તમારો આટલો બધો મોટો વારસો તમારાં રોગી બાળકોને માટે નકામો થઈ પડે છે. જીંદગીમાં આડાં આવતાં અનેક સંકટો અને જોખમોને પહોંચી વળવા માટે માણસને મજબૂત શરીરની અને મજબૂત મનની જરૂર છે અને જીંદગીને ઉપયોગી બનાવવાને માટે પણ મજબૂત શરીરની અને મજબૂત મનની જરૂર છે. અરે! માબાપોએ વારસામાં આપેલ મોટી દોલતને એઠાં એઠાં ખાવાને માટે પણ નિરોગી શરીરની જરૂર છે! રોગી માણસને એ બધી દોલત અને બધો વૈભવ નિરૂપયોગી છે, કેમકે તે તેનો સદુપયોગ કરી શકતો નથી, એટલુંજ નહિ પણ તે પોતે પોતાના માટે તેનો ઉપભોગ લઈ શકતો નથી.

નવા બાળકને ઉત્પન્ન કરતાં પહેલાં અને તેને આ દુનીયામાં મૂકી જતાં પહેલાં પોતાના એ બાળકને વારસામાં આપવા જેવી વસ્તુઓમાં સૈાથી અગત્યની વસ્તુ શું છે, તેનો માબાપે જરૂર વિચાર કરવો જોઇએ. “આ અમારાં બાળકને સૈાથી વધારે ઉપયોગી વસ્તુ અમારે શું આપવી, ” એવો વિચાર ભાગ્યે જ કોઇ માબાપોને થતો હશે, અને કોઇ બાળકના સદ્દભાગ્યે કોઇ માબાપોના મનમાં આવો પ્રશ્ન ઉત્પન્ન થતો હશે, તોપણ જે સર્વથી ઉપયોગી વસ્તુ છે તેને માબાપોની ગણત્રીમાં સૈાથી પહેલું સ્થાન મળતું નથી! ‘તન્દુરસ્તી’ એ જ સૈાથી વધારે ઉપયોગી વારસો છે, પણ હાલનાં માબાપો બીજી ઓછી ઉપયોગી વસ્તુઓને માટે જેટલી કાળજી રાખે છે એટલી

કાળજી તન્દુરસ્તી માટે રાખતાં નથી. તમે તમારા બાળકને માટે દ્રવ્ય, વસ્ત્રાભૂષણ, અને ઘરબારના વારસાની જેટલી કાળજી રાખો છો એટલી કાળજી તેમની તન્દુરસ્તીના વારસાની રાખો છો ? નહિ જ. અજ્ઞાન માબાપો એટલું પણ સમજતાં નથી કે પોતાનાં બાળક શારીરિક અને માનસિક સંપત્તિવાળાં હશે તો બીજી સંપત્તિની ખોટ તેઓ સહેલથી પુરી લેશે, પણ જો તેઓ શરીરે નબળાં અથવા રોગી હશે અને ખરાબ સ્વભાવનાં કે દુષ્ટ બુદ્ધિવાળાં હશે તો તેમને સોંપેલી સંપત્તિ અને રિદ્ધિ સિદ્ધિ પણ તેઓ ફના કરી નાંખશે !

એટલા માટે માબાપોની મુખ્ય ફરજ એ છે કે તેમણે પોતાનાં બાળકોને નિરોગી શરીરનો વારસો આપવાની સૌથી પહેલી તજવીજ કરવી, અને એ તજવીજ બાળકને જન્મ આપ્યા પછી નહિ પણ પહેલાંથી જ કરવી જોઇએ, જે વિષે પાછલા પ્રકરણોમાં વારંવાર કહેવામાં આવેલ છે. પણ ખેદ કરવા જેવી વાત એ છે કે હાલનાં ઘણાંખરાં માબાપો પોતાનાં બાળકોને નિરોગી શરીરનો ઉત્તમ વારસો આપવામાં નિષ્ફળ થાય છે; એટલું જ નહિ પણ તેઓ તેમને માટે વારંવાર ઘણો જ ખરાબ વારસો મૂકી જાય છે.

પ્યારા માબાપો ! હું તમને એક વાત પૂછવાની રજા લઉં છું જ્યારે તમો આ સંસાર છોડવાની તૈયારીમાં હો છો, જ્યારે તમો બહુ વૃદ્ધ થાઓ છો, અથવા જ્યારે તમો બહુ માંદા પડો છો અને જીંદગીની આશા મુકો છો, ત્યારે તમે તમારા પુત્રને તમારો વારસો સોંપો છો, તેને તમારા પેટી પટારાની કુંચીઓ સોંપો છો, કામના કાગળ દસ્તાવેજો સોંપો છો, લેણદેણની ભલામણ આપો છો; બસો ફલાણા ભાઇને આપવાના છે. અને પાંચસો ફલાણા ભાઇ પાસેથી લેવાના છે; ફલાણાના હિસાબમાં આટલી ભૂલ છે, અને ફલાણાનો દસ્તાવેજ સુધરાવી ફરી લખાવવો છે; મકાન બંધાવ્યું છે. તેમાં અમુક ઠેકાણે ખામી રહેલી છે માટે તેમાં જલદી મરામત કરાવી લેવી, નહિ તો પડી જવાનો સંભવ છે; આટલી ચીજો જલદી નાશ પામે અથવા

ગડે એવી છે માટે તે ચીજો સાચવી સંભાળીને વાપરવા જેવી છે; ત્યાદિ અનેક ભલામણો અને સૂચનાઓ કરો છો; પણ કોઈ માબાપ ોતાના પુત્રને આપેલા શરીર સંબંધી વારસાની તપસીલવાર સોં-ણી કરે છે ? કોઈ માબાપ પોતાના પુત્રને એમ કહે છે કે મેં તને બળી હોજરી વારસામાં આપી છે, માટે તું તારી હોજરીને સાચ-જે ! કોઇ માબાપ પોતાના પુત્રને એવી ભલામણ આપે છે (?) કે હું માકુનો મ્હોટો વ્યસની હતો તેથી તને નબળા શરીરનો વારસો આપું છું, માટે તમાકુની અસર સામે તું તારા શરીરનું જતન કરજે ! ાઈ બાપ પોતાના પુત્રને મરતાં મરતાં ચેતાવે છે (?) કે હું ક્ષયરોગી તો છતાં તને જન્મ આપવાની ભૂલ કરેલી છે, માટે તું ક્ષયરોગથી ેતતો રહે જે ! કોઇ મા પોતાના બાળકને એવી ભલામણ કરે છે ?) કે ગર્ભધારણ વખતે અને ગર્ભાવસ્થામાં મારી ક્ષુધા ઘણી જ બગડેલી રહેલી હતી, માટે તું તારી ભુખથી ચેતીને ચાલજે, નહિ l તારી ક્ષુધા પણ બગડવાનો સંભવ છે ! દારૂડીઆં માબાપો મરણ ખતે પોતાના પુત્રને શું કહી જાય છે (?) કે અમે તારા શરીરના થા મનના બંધારણ સાથે દારૂના વ્યસનનો વારસો મૂક્યો છે અને ેથી તને સ્વાભાવિક રીતે દારૂ પીવાની ઇચ્છા થશે, પણ તે ઇચ્છા વાભાવિક નથી, પણ અમારા મૂકેલા વારસાની છે, માટે તેને સ્વાભા-વેક ઇચ્છા ઠરાવીને દારૂમાં વૃત્તિ કરીશ નહિ ! માબાપો પોતાના ુત્રને બીજા બધા વારસાની તપસીલવાર સોંપણી કરે છે, તો આ અતિ અગત્યના શારીરિક અને માનસિક વારસાની સોંપણી શા માટે નહિ કરવી, અને શા માટે તેને એ ખરાબીઓથી નહિ ચેતવવો ? માબા-ોનો ધર્મ એ છે કે તેમણે આ પુસ્તકમાં બતાવેલા સદ્‌વર્ત્તનથી વર્તીને સદાચારી અને નિરોગી સંતાનો ઉત્પન્ન કરવાં; પણ કદિ તેમણે કાંઈ ભૂલ કરી હોય- અને તે ભૂલના પરિણામે પોતાના બાળકમાં કાંઇ રોગનો, વ્યસનનો કે દુષ્ટ વૃત્તિનો વારસો મૂક્યો હોય તો તે વારસાથી પોતાના પુત્રને ચેતવણી આપવી જોઇએ, જેથી તે ભવિષ્યમાં તે રોગ સામે, તે વ્યસન સામે કે તે દુષ્ટ વૃત્તિ સામે ચેતીને ચાલે.

આ નીચે એવા કેટલાક દુષ્ટ વારસાનું વર્ણન કરવામાં આવે છે, અને ભાર દઇને જણાવવામાં આવે છે કે, માબાપો પોતાના અજ્ઞાનથી આવી જાતના દુષ્ટ વારસા પોતાના બાળકોમાં મૂકી જાય છે. માટે સારી સંતતિની ઇચ્છા કરનારાં માબાપોએ પોતે આવી ખરાબીઓથી ચેતી પોતાનું વર્તન ઘણું જ સાદું અને સદાચાર ભરેલું રાખવું.

શરીરનો બાંધો—બાળકોને શરીરનો બાંધો માબાપો તરફથી વારસામાં મળે છે. શરીરનો બાંધો એટલે શું ? એક માણસ ઘણી મહેનતનું કામ કરી શકે છે, ઘણાં દુઃખો તથા દરદો સામે ટક્કર ઝીલી શકે છે, અને તન્દુરસ્તી તથા શરીરબળ સાથે સારૂં લાંબુ આયુષ્ય જીવી શકે છે, અને બીજો માણસ મહેનતનું કામ કે મંદવાડ સહન કરી શકતો નથી અને જેમ એક ફૂલ સૂર્યના તાપમાં કરમાઇ જાય છે તેમ તે થોડાં દુઃખ દરદોથી જ નબળો પડી જાય છે. આનું કારણ એ છે કે પહેલા માણસના શરીરનો કુદરતી બાંધો મજબુત છે અને બીજાનો બાંધો નબળો છે.

એક બાળક પોતાના માબાપમાંથી પ્રકૃતિની ખાસીયતો, ચહેરો, ચહેરાના ભાવો તથા ચાલવાની ઢબ, વગેરેનો વારસો મેળવે છે, એવું સાધારણ અવલોકનમાં વારંવાર આવે છે. જ્યારે એક બાળકનું નાક ઘણું મોટું હોય છે, અથવા હડપચી ઘણી લાંબી હોય છે, અથવા ગાયન, કાવ્ય કે ગણિતશાસ્ત્ર ઉપર ખાસ અભિરૂચિ હોય છે, ત્યારે એવું ધારી શકાય કે એ જ ગુણ અથવા ખાસીયત તેનાં માબાપમાં અથવા તે પહેલાંના પૂર્વજોમાં હોવાં જોઇએ. આ શારીરિક અને માનસિક ગુણો માબાપોમાંથી બાળકોમાં જલદી ઉતરી આવે છે, તેમાં કાંઈ શંકા નથી. અત્રે માબાપ એટલે તેના મા અથવા બાપ, અથવા દાદો કે દાદી અથવા એથી પણ પહેલાંનાં પુર્વજ માબાપ સમજવાં. આ પ્રમાણે જ્યારે બહારની આકૃતિઓ વારસામાં ઉતરે છે ત્યારે અંદરના અવયવો પણ માબાપમાંથી બાળકમાં વારસામાં ઉતરે છે, તેને માટે શા માટે કાંઇ શંકા હોવી જોઇએ ? બીજા

શબ્દોમાં બોલીએ તો તેનો અર્થ એ છે કે, માબાપ પોતાનું કલેજું, ફેફસાં, હૃદય, મગજ અને જ્ઞાનતંતુઓનો પણ પોતાના બાળકને વારસો આપે છે, એટલે કે, મા અથવા બાપના શરીરમાં જેવા એ અવયવો હોય છે એવા જ અવયવો તે સમયે પ્રાપ્ત થયેલ બાળકમાં પણ ઉતરી આવે છે.

એક પિતા એક વાર પોતાના દીકરાને વૈદક તપાસ માટે મારી પાસે તેડી લાવ્યો. તેના તરફ દૃષ્ટિ કરતાં જ તે નબળા શરીરનો છોકરો માલમ પડ્યો. બાપને પૂછવામાં આવ્યું કે આ તારો દીકરો જન્મ વખતે નબળો હતો કે નહિ ? તેણે કહ્યું, "તે જનમ્યો ત્યારથી જ નબળો છે; એવો નબળો કે તેને ઉચકતાં પણ અમને ભય લાગતો હતો." પણ તેમાં આશ્ચર્ય શું ? તેના મોંમાંથી નીકળતી તમાકુના ધુમાડાની ગંધાતી વાસથી સ્પષ્ટ માલમ પડ્યું કે તે પિતા તમાકુનો ગુલામ હતો ! તે જાગતો હોય ત્યાં સુધી તમાકુની બીડી તો તેની પાસે ને પાસે જ હોય! તેણે કહ્યું કે "હું તો ગાંઠીઆ જેવો મજબુત છું; મારી આખી જીંદગીમાં મને રોગ થયો નથી. હું નાનો છોકરો હતો ત્યારથી જ તમાકુ ચાવું છું. અને પીઉં છું અને તેથી મને ઇજા થયેલી માલમ પડી નથી." આવા હજારો પિતાપુત્રના દાખલાઓ છે. એક જુવાન માણસ પોતાનું હૃદય બતાવવા એક ડૉકટર પાસે આવ્યો. તેને છાતીનો થડકો, મૂર્છા, અને બીજાં જોખમ ભરેલાં લક્ષણો હતાં, અને તેથી એવી ખાત્રી થઈ કે તેનું હૃદય ઘણું જ નબળું છે. તપાસના પરિણામમાં એવું જણાયું કે તેનું હૃદય અતિ તમાકુ પીવાથી સુષુપ્તિવાળું (ઘેન–નિશાથી ભરેલું) થયું હતું, જ્યારે તે જુવાન દરદીને તેના દરદનું કારણ સમજાવવામાં આવ્યું ત્યારે તેણે આશ્ચર્ય થઇને ડૉકટરને કહ્યું કે, મારા માબાપે આખી જીંદગી સુધી તમાકુ પીધી હતી તેથી તેમને તો કાંઈ દરદ થયું નહોતું. અને મેં થોડી તમાકુ પીધી તેથી મને આવું ગંભીર દરદ શી રીતે થયું ?" ખરો ભેદ આંહીં જ છે. તેનાં માબાપે તમાકુના વ્યસનથી પોતાના

હૃદયનું જોર ગુમાવ્યું હતું અને એવામાં તેના આ દીકરાનો જન્મ થતાં તેમના હૃદયની નબળાઇનો વારસો તેને મળ્યો. જન્મથી જ હૃદયની તેને એટલી બધી નબળાઇ હોવી જોઇએ કે તે પોતે થોડી તમાકુ પણ સહન કરી શકયો નહિ.

ક્ષય—ક્ષયરોગ વારસામાં ઉતરે છે. એ વાતથી હવે સૌ વાકેફ છે. જીંદગીનો વીમો ઉતરાવનારાં ખાતાંઓના અમલદારો વીમો ઉતરાવનાર ઉમેદવારની શારીરિક તપાસમાં જે કેટલાક પ્રશ્નો પૂછે છે તેમાં સૌથી પહેલો પ્રશ્ન એવો પૂછવામાં આવે છે કે, "તમારાં મા કે બાપ ક્ષયથી મરી ગયાં હતાં ?" જેનો બાપ કે મા અથવા કુટુંબમાં નજીકનું સગું ક્ષયથી મરી ગયું હોય તેની જીંદગીનો વીમો ઉતારવાની ના પાડવામાં આવે છે, કેમકે તે માણસને ક્ષયરોગ થવાનો સંભવ છે. ક્ષયરોગ એ માબાપો તરફથી મળતો ખરાબમાં ખરાબ વારસો છે. જુવાન માણસ જીંદગીના ખરા ધર્મો બજાવવાની તૈયારી કરતો હોય એવા અણીના સમય ઉપર ક્ષયરોગ તેના મોં ઉપર ડોકીઆં કરે છે, અને તેની આશાઓની વચમાં તેને ઘસડી જાય છે.

ક્ષયરોગથી મરણ પામેલાં માબાપોને વારસામાં ક્ષય ઉતરે છે, એટલું જ નહિ, જે માબાપોને ક્ષયરોગ ન થયો હોય, તથા તેનાં ફેફસાં અને બીજા અવયવો જન્મથી સારા હોય, તેઓ પણ જો શરીરને પુરી કસરત નહિ આપતાં ઘરમાં ગોંધાઈ રહે, અંધારા ઓરડામાં અને હવા વિનાના મકાનમાં એદીની પેઠે પડી રહે, અને લોહીના ફરવામાં ઉપયોગી એવા નિયમોનો ભંગ કરીને બેકાયદે વર્ત્તે તો તેમના આ ઉપયોગી અવયવો નબળા પડી જાય અને તેનાં છોકરાં ક્ષયરોગવાળાં થાય. માટે નબળાં ફેફસાંવાળાં અને અતિ ક્ષીણ માબાપોએ સંતતિ ઉત્પન્ન કરવી નહિ.

નબળી હોજરી અને નબળું કલેજું—અમેરિકા 'અજીર્ણ રોગવાળી પ્રજા' તરીકે પ્રસિદ્ધ છે. ત્યાં ઘણાંક માણસો 'ડિસ્પેપસ્યા' રોગથી પીડાતાં હોય છે. આખી પ્રજાને આ રોગ લાગુ પડે,

તેનું શું કારણ ? કારણ એ જ કે તે રોગ વારસામાં ઉતરે છે. અમેરિકાની લગભગ અરધી વસ્તી કોઇ પણ પ્રકારના અજીર્ણું વિકારથી પીડાતી હોય છે, અને તેથી જ કદાચ ત્યાં ઉપવાસ કરવાના વિશેષ અખતરાઓ થતા જોવામાં આવે છે. આવી રીતે આખી પ્રજાનો રોગ આખી પ્રજાને વારસામાં મળે છે તો માબાપોના ખાસ રોગ તેમનાં બાળકોને વારસામાં મળે, એમાં શું આશ્ચર્ય !

નવી જુવાન પ્રજામાં દરબાર માણસે બે ત્રણ માણસ અજીર્ણના કોઇ પણ વિકારથી પીડાતા હોય છે અને નિત્ય અજીર્ણની ગોળી કે ફાકી લીધા કરતા હોય છે ! અમેરિકામાં જ આવી સ્થિતિ છે એમ નહિ સમજો. આપણા દેશમાં પણ વિદેશનાં ખાનપાનનો ચેપ લાગ્યો છે, અને આંહિં પણ એવા રોગો વધવા લાગ્યા છે. બેહદ મિષ્ટાન્ન, ખાંડ, પાક, મુરબ્બા, આથા, શરબતો, શીખંડો, આઇસક્રીમ અને બીજાં મીઠાં પીણાંઓ ઠાંસવાં અને પછી તે સર્વે પચવા માટે તેના ઉપર તજ, એલચી, લવીંગ, પીપર, રાઈ, વગેરે તેજાના ખાવા અને દારૂ તથા સરકાઓ પીવા, એવો હાલની નવી પ્રજાના ખાનપાનનો અધમ કારભાર થઇ પડયો છે ! ગરીબ બિચારી હોજરી ! પોતાની ફરજ બજાવતી બજાવતી હોજરી તથા લીવર ખેંચાય છે ત્યાં સુધી ખેંચે છે અને પોતાનું કામ બજાવે છે, પણ આખરે થાકી જાય છે, અને એવાં ઢીલાં—નબળાં પડે છે કે પછી તમે તે હોજરી ઉપર તેજાના રૂપી ગમે એવા ચાબુક ચલાવો તોપણ તે સતેજ થતી નથી; આખરે તે થાકેલા ઘોડાની પેઠે હઠીલી થઇ જાય છે. તમારામાંના ઘણાની પાચનશક્તિ શું કથળી ગઇ નથી ? કોઇને પેટમાં પવન પકડે છે તો કોઇને ઝાડો બંધ રહે છે; કોઇને વાયુના ઓડકાર આવ્યા કરે છે તો કોઇને ખાટાં ગચરકાં આવે છેઃ કોઇને છાતી બળે છે તો કોઇને ગળધરી બળે છે; કોઇને ઉલટી થાય છે તો કોઈને ઝાડો થાય છે; કોઈ ખાઉં ખાઉં કરે છે તો કોઇને ખાવા ઉપર અભાવ થાય છે. આમાંની કાંઇ ફરીઆદથી તમે છુટા છો ? જે માણસની હોજરી તથા

કલેજાનું આવું નબળું હોય છે તેનું છોકરૂં એવી જ હોજરી તથા કલેજા સાથે જન્મે છે. જન્મની સાથે જ 'કેસ્ટર ઑઇલ' (એરંડીઆ તેલ)ના ડોઝ શરૂ થાય છે અને આ પ્રમાણે કલેજાથી નબળાઇ વધે છે અને કલેજું સુસ્ત બને છે! પાચનક્રિયાની આ નબળાઈ અને પાચનક્રિયાના વિકારો બાળકને વારસામાં મળે છે. જે મા નબળા લીવર સાથે ગર્ભધારણ કરે છે તે મા નબળા લીવરવાળા બાળકને જન્મ આપે છે. માટે તમારા બાળકને આ ખરાબ રોગ વારસામાં ન મળે તેની ખાસ સંભાળ રાખવી જોઇએ અને જ્યાં સુધી તમારૂં લીવર ખરાબ હોય અને પાચનક્રિયાના અવયવો નબળા હોય ત્યાં સુધી બચ્ચું ઉત્પન્ન કરવાનું કામ મુલતવી રાખવું જોઇએ. નબળી પાચન શક્તિવાળા અને રોજ રોજ પેટની ફરીયાદ કરે એવા રોગી બાળકને જન્મ આપવાનો તમને કાંઇ હક્ક નથી!

અવ્યવસ્થિત મજ્જાતંતુઓ—માતાપિતાનો દરેક અવયવ બાળકને વારસામાં મળે છે. મજ્જાતંતુઓ જે આખા શરીરમાં ફેલાયા છે, તે તંતુઓ ઉપર શરીરના તમામ વ્યાપારનો આધાર છે, અને જે તંતુઓ ઉપર જ માણસના માનસિક સ્વભાવ કે ગુણદોષનો આધાર છે, તે મજ્જાતંતુઓ પણ માતપિતા તરફથી જ વારસામાં મળે છે. આ મજ્જાતંતુઓ દૃઢ અને સ્થિર હોય છે તો બાળક દૃઢ પ્રકૃતિનું અને શાંત સ્વભાતનું થાય છે; જો માબાપના તે તંતુઓ અવ્યવસ્થિત અને ઉશ્કેરાયલા હોય છે તો તેનું બાળક ઘણું તામસી સ્વભાવનું, ચીડીઉં કે અસ્થિર પ્રકૃતિનું થાય છે. નાનાં બાળકોના ચેહેરાઓ તરફ જુવો. તે ચેહેરાઓ ઉપર આ વારસાનાં સ્પષ્ટ ચિન્હો તમો જોઇ શકશો. તે ચેહેરાઓ ઉપર માબાપના સ્વભાવની રેખાઓ ફુટી નીકળેલી તમો જોશો. માબાપના નબળા તંતુઓ આ દુનીયાનાં ઉપયોગી કામોને માટે અને તેમની ફરજોને માટે બાળકોને અશક્ત તથા નિરૂપયોગી બનાવે છે—જેમ તોફાનથી વહાણનું બાંધકામ શીખળ વીખળ થાય છે તેમ માબાપની નબળાઇના વારસાથી બાળકોને શીંખળવીંખ-

ળ થયેલું શરીર વારસામાં મળે છે. ચકરવકર ચળકતી આંખો, અસ્થિર અને અવ્યવસ્થિત રીતભાત, હદ ઉપરાંત ચીડીઓ સ્વભાવ, અને અકાળે શરીરની પકવતા, એ સર્વ લક્ષણો એમ બતાવી આપે છે કે તે બાળક જલદી જુવાનીમાં આવીને જલદી ઘરડું થશે અને જલદી નાશ પામશે; તેની જીંદગીનાં બધાં કાર્યોમાં સારાસાર વિચારની ખામી અને અઘટિત વેગ અથવા ઉતાવળો સ્વભાવ ઠામઠામ જોવામાં આવશે. હાલનાં અસંખ્ય જુવાન સ્ત્રીપુરૂષોમાં આ લક્ષણો જોવામાં આવે છે કે નહિ? ક્યાં મનની સ્થિરતા છે? કયાંઇ વિચારની પરિપકવતા છે? ક્યાંઇ વાણીમાં શાંતિ છે? કયાંઇ કૃત્યોમાં વિચારશિલતા છે? આ ઉપયોગી ગુણો બહુ જ થોડા પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે, તેનું કારણ શું? નવી પ્રજાને જન્મ આપનાર માબાપોનો મોટો ભાગ નવા જમાનાની ધાંધલ ભરેલી જીંદગીમાં અને પેલા કહેવાતા સુધારામાં તથા તે સુધારાની કૃત્રિમ વિચિત્ર રીતભાતોમાં ઉછરેલ હોવાથી તેમની પ્રજા પણ એમના જેવી જ વિલક્ષણ અને વિપરીત રીતભાતવાળી થાય, એ સ્વાભાવિક છે. આવા સ્વભાવનો વારસો લઇ જન્મેલા જુવાનો વગર વિચારે નાટક ગૃહોમાં અને હોટલોમાં હડીઓ કાઢે, અને સટ્ટાના બજારમાં બુમો પાડે, એમાં આશ્ચર્ય શું? એવા અસ્થિર મનના અવિચારી માણસો હાલતાં ચાલતાં ગુન્હાઓ કરે, હાલતાં ચાલતાં જુઠું બોલે; અને હાલતાં ચાલતાં ખોટી સાક્ષીઓ આપવાને પણ તૈયાર થઈ જાય, એમાં નવાઇ શી? આ સર્વે તમાસાઓ આપણી નજર આગળ છે! માતપિતાઓ! તમારે તમારા બાળકોને શાંત સ્વભાવનાં, સદાચારી સારાસાર વિવેકબુદ્ધિવાળા બનાવવાં હોય તો તમારે તેવું થવું જ જોઇએ; આખા સમાજે એવું બનવું જ જોઇએ! તમારે તમારા મગજના વ્યાપારને શાંત રાખવા જ જોઇએ, તમારે ધાંધલ, લુચ્ચાઈ અફડાતફડી અને હરામખોરીના વિચારોથી દૂર રહેવું જ જોઇએ! નહિ તો જે વિચારોમાં તમારૂં મગજ ભમતું હશે તે વિચારોમાં તમે પેદા કરેલાં તમારાં બાળકો તમારા આ નબળા વિચા-

રનો વારસો લઇને અવતરશે, એ વાત તમારે ખાત્રીથી માનવી !

ડૉ. કૅલોગ એક ઠેકાણે જણાવે છે કે, "એક મા પોતાના છ વરસના બાળકને લઈને મારી પાસે આવી. તે બાળકને વાઇ આવતી હતી. મગજનાં તંતુઓના બિગાડાને લીધે તે બાળક રોજ વાઇથી જમીન ઉપર પટકાઈ પડતો હતો. આ દરદના કારણની ઘણી તપાસ કરી; માબાપનો શારીરિક ઇતિહાસ પૂછ્યો, તેમાંથી કાંઈ કારણનો પતો મળ્યો નહીં. મા શરીરે ઘણી જ મજબૂત અને નિરોગી હતી. પણ તે બાળકનો બાપ અતિશય તમાકુ પીનારો તેમજ દારૂડીઓ હતો. બાળકના આ દરદનું કારણ આ ઠેકાણે હતું; તેમ છતાં તે છોકરાનું દરદ પોતાના આવા દુર્વ્યસનોમાંથી થયું છે, એવું કબુલ કરવાને બાપ "તૈયાર નહોતો !"

ગાંડપણ—માબાપના અનેક વારસામાં મનનો વારસો એ એક ચોક્કસ વારસો છે. ગાંડપણ અથવા ઉન્માદ, જે મનનો એક ઘણો જ ભયંકર રોગ છે, તે વારસામાં પણ મળે છે. બાપ તમાકુથી પોતાના મગજને બેફામ બનાવે છે, નિશાની વસ્તુઓથી તેને ઉશ્કેરી મુકે છે, અને મા પણ કદાચ મગજને બગાડે એવાં વ્યસવાળી હોય છે. આવાં વ્યસની માબાપોથી ગાંડાં અથવા ઉન્માદી છોકરાં પેદા થાય, તેમાં શું નવાઇ છે ? કેટલાકનાં મગજ સમતોલપણું ખોઈ નાખે છે અને કેટલાકનાં મગજ મર્યાદા મૂકી દે છે. મન મર્યાદા મુકે તેનું નામ ગાંડપણ છે. અવ્યવસ્થિત મગજવાળા હજારો લોકો દુનિયામાં વસે છે. મનનું અવ્યવસ્થપણું થોડું આગળ વધે છે ત્યારે ઉન્માદ થાય છે, અને ત્યારે માણસ છુટો ફરવાને નાલાયક બની ગાંડાઓની હૉસ્પીટલમાં રહેવાને લાયક રહે છે. પણ ગાંડાઓની હૉસ્પીટલોની બહાર પણ લાખો ઉન્માદી અથવા મનના ફટકેલા અથવા અવ્યવસ્થિત મનવાળા લોકો વસે છે, અને એ બધા લોકો અવ્યવસ્થિત મનવાળાં માબાપોની પેદાશ છે.

ભ્રષ્ટ થયેલી રૂચિ—ખાવાપીવાની મનની વૃત્તિ અથવા રૂચિ

નો વારસો પણ માબાપો તરફથી મળે છે. જે માબાપોની વૃત્તિ અથવા રૂચિ ઘણા હલકા પ્રકારની ભ્રષ્ટ થયેલી હોય છે, તેનાં બાળકોની રૂચિ સારી હોવાનો થોડો સંભવ છે. બુભુક્ષિત લોકોના ઘરમાં મિતાહારી પ્રજા ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ નથી, એથી પણ વધારે બગડેલી રૂચિનાં બાળકો જન્મે છે, અને એ રૂચિનો વારસો તેમને તેમનાં માબાપ તરફથી જ મળેલો હોય છે. એક પિતા વ્હીસ્કી નામનો દારૂ અને તંબાકુ નિયમિત વાપરે છે. કેટલાંક વરસે તે ઝેર શરીરમાં ઘર કરે છે અને શરીરની રચના સાથે મિશ્રિત થાય છે. પાણીમાં રહેનારી બતકને જેમ પાણીનું વ્યસન લાગે છે તેમ આ બાપનાં છોકરાંને કુદરતી રીતે દારૂ તથા તમાકુની આદત પડે તો શું તેમાં કાંઈ નવાઈ છે? કેટલીકવાર આ વિષયો તરફ એવી તો મજબુત વૃત્તિ બંધાય છે કે તે વૃત્તિને અટકાવી શકાતી નથી. અને ગરીબ બિચારો વ્યસની! જો કે તે મનમાં બિલકુલ ઇચ્છતો નથી તોપણ દારૂડીઆની કબર તરફ ઘસડાઇ જાય છે, અને જે વ્યસન તેને શારીરિક, માનસિક અને નૈતિક વિનાશમાં તાણી જાય છે તે વ્યસન જોરથી માથે ચડયા પછી તે તેનું મૂળ છેદવાને અશક્ત બને છે! પોતાનાં બચ્ચાંઓ ખાનપાન તથા વ્યસનોમાં બગડેલી અથવા ભ્રષ્ટ થયેલી રૂચીવાળાં નીવડે તો તેનો દોષ માબાપોએ પોતાનાં બાળકોને નહિ પણ પોતને જ આપવો. ભ્રષ્ટ રૂચી અથવા હાનિકારક વ્યસનો પણ એક ઘણો ખરાબ વારસો છે.

વિષય વિકાર—વિષય વિકાર અથવા વિષયાસક્તપણું એ પણ ઘણી વાર ખરાબ વારસાનું પરિણામ છે. ઘણાક જુવાનો સ્વભાવથી વિષયી નીવડે છે, તેનો તપાસ કરશો તો તેનું મૂળ તેનાં માબાપની વૃત્તિઓમાં નીકળશે. આ તપાસમાં ઘણી વાર ઠગાઇએ છીએ, ઘણા માબાપો સિદ્ધની પૂછડીઓ થઇને ફરે છે, પણ ઘણીવાર તેઓનું અંદરખાનેનું વર્ત્તન ઘણું નીચું હોય છે. વિષયી રાજાઓના કુંવરો તેમના પિતાઓને પગલે ચાલે છે; એનું કારણ શોધવા

જશે। તે। તે કુંવરેાની નઠારી સેાબત કરતાં વિષયી માતપિતાની વિ-ષયી વૃત્તિના વારસાનું કારણ વધારે મજબૂત માલમ પડશે. જે જુવાન માણસ જુવાની પ્રાપ્ત કર્યા પછી રંડીબાજ થાય છે. તે સદાચારના પગથીઆ ઉપરથી ભ્રષ્ટ થવાને માટે પેાતાના પેદા કરનાર માતાપિતા કરતાં કદાચ એાછા જવાબદાર હેાય છે, કેમકે આવી અનીતિની વૃત્તિએા અને ખરાબ શારીરિક હાજતેા તેને તેના માતાપિતા તરફથી પ્રકૃતિમાં જ વારસામાં મળેલ હેાય છે. તમારાં છેાકરાંએાને વારસામાં તમે જે કેટલીક ખરાબ વસ્તુએા સોંપેા છેા તે ખરાબ વ-સ્તુએામાં વિષયાસક્તપણું એ પણ એક ઘણેા જ હલકેા વારસેા છે.

છેલ્લા શબ્દેા.

વાંચનાર ! આ લેખ હું સમાપ્ત કરૂં છું. આ પુસ્તકે તારા ઉપર ઉપર જો કાંઈ પણ સારી અસર સ્થાપી હેાય તેા આ મારેા પ્રયાસ હું સફળ થયેલેા સમજીશ. સંસારયાત્રાનેા કાંઈ પણ સદુપયેાગ કરવેા એવી તને ઇશ્વરે બુદ્ધિ આપી હેાય અને ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મની સફળતાનું તને કાંઇ પણ ભાન હેાય. તેા આ પુસ્તકનાં જુદાં જુદાં પ્રકરણેામાં આપેલી બાબતેાનેા એકાંતમાં બેસીને તું જરા શાંતપણે અને ગંભીરપણે વિચાર કરજે. જો આ સર્વ વાતેા તને ઉપયેાગી લાગે તેા તું આ સર્વ વાતેાનું રહસ્ય તારી ધર્મપત્નીને એકાંતમાં સમજાવજે. તમેા બન્ને દંપતિ ભવિષ્યમાં ઉત્તમ નિયમેા પ્રમાણે વર્તો અને ભવિષ્યમાં ઉત્તમ સંતતિને ઉત્પન્ન કરેા, એ મારી ઇચ્છા અને પ્રાર્થના છે.

સમાપ્ત.